

SZOMBATHELY

Általános iskola

2019.04.29.–2019.05.05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Kakaós tej Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:305 ZS: 6,2 TZS: 3,2 FH: 11,0 SZH: 50,5 CK: 16,2 SÓ: 0,5</p>	<p>Tej Házi mazsolás kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 405 ZS: 10,8 TZS: 4,6 FH: 13,6 SZH: 62,1 CK: 13,5 SÓ: 0,3</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Tejeskávé Tojáskarika Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 352 ZS: 9,2 TZS: 2,8 FH: 16,8 SZH: 51,8 CK: 9,1 SÓ: 1,4</p>	<p>Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 321 ZS: 5,7 TZS: 1,8 FH: 11,9 SZH: 52,9 CK: 10,9 SÓ: 1,3</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	--	--	--	--	--	--

EBÉD

<p>Tavaszi zöldségleves Lecsó virslivel Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:654 ZS: 25,3 TZS: 6,0 FH: 22,1 SZH: 81,3 CK: 5,2 SÓ: 3,7</p>	<p>Csontleves Főtt tojás Sósokamártás Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 691 ZS: 21,1 TZS: 5,3 FH: 23,6 SZH: 93,4 CK: 7,1 SÓ: 2,1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Daragaluska leves Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér Túró Rudi</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 743 ZS: 28,8 TZS: 10,2 FH: 37,1 SZH: 78,9 CK: 13,4 SÓ: 3,0</p>	<p>Vegyes zöldség krémleves sárgarépa kockával Rántott csirkemell filé Petrezselymes burgonya Házi vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 749 ZS: 15,5 TZS: 3,8 FH: 40,0 SZH: 107,5 CK: 8,7 SÓ: 1,0</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
---	---	--	---	--	--	--

UZSONNA

<p>Magyaros sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:345 ZS: 13,0 TZS: 7,5 FH: 14,0 SZH: 40,1 CK: 9,7 SÓ: 1,7</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 205 ZS: 4,1 TZS: 0,6 FH: 14,0 SZH: 32,7 CK: 0,1 SÓ: 1,8</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Tavaszi felvágott Margarin Zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 224 ZS: 6,9 TZS: 0,2 FH: 7,9 SZH: 31,3 CK: 0,1 SÓ: 1,3</p>	<p>Kefir Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 231 ZS: 6,7 TZS: 0,9 FH: 8,7 SZH: 33,0 CK: 0,7 SÓ: 0,5</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
---	---	--	---	--	--	--

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet kérjük, megértésedet köszönjük.

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

SZOMBATHELY

Általános iskola

2019.05.06.–2019.05.12.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Kakaós tej Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:350 ZS: 10,0 TZS: 5,0 FH: 12,6 SZH: 49,9 CK: 9,1 SÓ: 1,3</p>	<p>Tej Kenőmájás Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 343 ZS: 11,9 TZS: 5,4 FH: 17,4 SZH: 42,5 CK: 0,0 SÓ: 2,1</p>	<p>Tej Petrezselymes tojáskrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 336 ZS: 10,1 TZS: 4,4 FH: 16,8 SZH: 46,0 CK: 0,2 SÓ: 1,5</p>	<p>Tej Házi kakaós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 323 ZS: 7,1 TZS: 3,3 FH: 12,7 SZH: 50,9 CK: 9,5 SÓ: 0,3</p>	<p>Tejbedara fahéjas szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 322 ZS: 4,1 TZS: 2,1 FH: 12,7 SZH: 57,5 CK: 16,9 SÓ: 0,3</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
---	--	---	--	---	--	--

EBÉD

<p>Tejfőlös karalábéleves Bácskai rizses hús Cékla saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:673 ZS: 22,3 TZS: 5,5 FH: 31,6 SZH: 82,2 CK: 9,3 SÓ: 2,4</p>	<p>Lebbencsleves Sertés húspogácsa Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 736 ZS: 26,2 TZS: 6,8 FH: 27,9 SZH: 91,9 CK: 4,1 SÓ: 2,8</p>	<p>Amerikai kukoricaszirkeragu leves* Mákos tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,7,8,9</p> <p>EN: 676 ZS: 20,8 TZS: 3,5 FH: 27,4 SZH: 90,6 CK: 21,6 SÓ: 0,7</p>	<p>Paradicsomleves Rakott burgonya kolbásszal Csemege uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12</p> <p>EN: 739 ZS: 34,0 TZS: 10,5 FH: 27,3 SZH: 77,9 CK: 12,1 SÓ: 2,7</p>	<p>Magyaros zöldborsóleves Panírozott halrúd Párolt rizs Piros káposzta saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4</p> <p>EN: 768 ZS: 20,4 TZS: 2,1 FH: 26,1 SZH: 115,9 CK: 9,2 SÓ: 2,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	---	--	---	---	--	--

UZSONNA

<p>Pogácsa Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:297 ZS: 8,7 TZS: 3,8 FH: 6,9 SZH: 46,2 CK: 10,7 SÓ: 0,2</p>	<p>Zöldfűszeres sajtkrém Zsemle Reszelt sárgarépa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 239 ZS: 7,0 TZS: 4,3 FH: 8,8 SZH: 34,1 CK: 1,6 SÓ: 1,3</p>	<p>Babpástétom Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10</p> <p>EN: 291 ZS: 3,4 TZS: 1,2 FH: 12,1 SZH: 49,8 CK: 0,1 SÓ: 1,2</p>	<p>Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 268 ZS: 7,1 TZS: 3,6 FH: 14,3 SZH: 33,8 CK: 3,1 SÓ: 1,2</p>	<p>Párizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 234 ZS: 8,0 TZS: 2,4 FH: 8,8 SZH: 30,5 CK: 0,7 SÓ: 1,4</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
---	---	--	---	---	--	--

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézéstet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

SZOMBATHELY

Általános iskola

2019.05.13.–2019.05.19.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Szezámmagos sajtkrém Félbarna kenyér	Tejeskávé Tojáskarika Margarin Félbarna kenyér	Tej Sajtos meleg szendvics teljes kiőrlésű kenyérral	Tej Mogyorós krém Félbarna kenyér C	Kakaós tej Snidlinges túrókrém Teljes kiőrlésű kifli		
<u>Allergének:</u> 1,7,11	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,5,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:334 ZS: 11,1 TZS: 5,0 FH: 15,5 SZH: 44,9 CK: 2,0 SÓ: 1,9	EN: 352 ZS: 9,2 TZS: 2,8 FH: 16,8 SZH: 51,8 CK: 9,1 SÓ: 1,4	EN: 411 ZS: 15,0 TZS: 8,9 FH: 23,2 SZH: 43,2 CK: 1,2 SÓ: 2,2	EN: 352 ZS: 9,8 TZS: 1,8 FH: 14,0 SZH: 53,8 CK: 9,6 SÓ: 1,3	EN: 356 ZS: 10,8 TZS: 5,2 FH: 18,2 SZH: 45,8 CK: 10,5 SÓ: 1,3	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Zöldségleves zabgaluskával Svéd sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Nyírségi gombóclevés szárnyas hússal Káposztás tészta	Tejfőlés karfiolleves Reszelt csirkemáj Tört burgonya Házi csalamádé	Alföldi tésztalevés Sertéspörkölt Tejfőlés burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Fokhagyma krémleves sárgarépa kockával Brokkolis vagdalt Párolt rizs Káposzta saláta		
<u>Allergének:</u> 1,3,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:666 ZS: 15,4 TZS: 2,3 FH: 40,8 SZH: 91,6 CK: 0,5 SÓ: 2,4	EN: 707 ZS: 19,3 TZS: 3,5 FH: 29,1 SZH:100,1 CK: 16,4 SÓ: 0,6	EN: 658 ZS: 18,2 TZS: 4,1 FH: 30,3 SZH: 89,5 CK: 10,5 SÓ: 1,3	EN: 724 ZS: 23,1 TZS: 5,9 FH: 33,7 SZH: 89,6 CK: 2,8 SÓ: 2,3	EN: 695 ZS: 19,9 TZS: 5,0 FH: 24,6 SZH: 100,5 CK: 8,2 SÓ: 1,5	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Házi kakaós csiga Alma	Petrezselymes sárgarépa krém Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma	Olasz felvágott Margarin Félbarna kenyér Kígyóuborka	Tavaszi felvágott Margarin Zsemle Jégcsapretek	Almás lepény		
<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:318 ZS: 7,6 TZS: 3,2 FH: 6,3 SZH: 55,0 CK: 24,6 SÓ: 0,1	EN: 242 ZS: 5,8 TZS: 0,5 FH: 6,8 SZH: 36,1 CK: 0,2 SÓ: 1,3	EN: 244 ZS: 8,9 TZS: 2,8 FH: 9,8 SZH: 33,0 CK: 0,3 SÓ: 1,8	EN: 224 ZS: 6,9 TZS: 0,2 FH: 7,9 SZH: 31,3 CK: 0,1 SÓ: 1,3	EN: 262 ZS: 8,6 TZS: 3,9 FH: 3,9 SZH: 40,9 CK: 25,7 SÓ: 0,8	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákkfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

SZOMBATHELY

Általános iskola

2019.05.20.–2019.05.26.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Méz Margarin Félbarna kenyér	Zabkása fahéjas szórat	Tej Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek	Tej Briós	Tej Füstölt sajtos brokkoli pástétom Teljes kiőrlésű kenyér		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7,10	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:329 ZS: 5,6 TZS: 1,8 FH: 12,8 SZH: 58,6 CK: 16,2 SÓ: 1,4	EN: 305 ZS: 8,9 TZS: 4,1 FH: 12,8 SZH: 42,7 CK: 25,7 SÓ: 0,3	EN: 322 ZS: 7,8 TZS: 2,5 FH: 19,0 SZH: 41,0 CK: 0,0 SÓ: 1,6	EN: 261 ZS: 5,8 TZS: 2,9 FH: 10,6 SZH: 40,8 CK: 7,2 SÓ: 0,5	EN: 328 ZS: 8,8 TZS: 3,7 FH: 15,7 SZH: 43,8 CK: 0,1 SÓ: 1,6	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Magyaros gombaleves Sült párizsi Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Zellerkrémleves Tarhonyás sertéshús Cékla saláta	Sertés gulyásleves Dejós aranygaluska Vaníliás öntet	Csontleves Reszelt sajt Parajmártás Tört burgonya Teljes kiőrlésű kenyér	Paradicsomleves zellerscíkkal Panírozott halrúd Petrezselymes rizs Káposzta saláta		
<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9	<u>Allergének:</u> 1,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,8,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,4,9	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:732 ZS: 26,4 TZS: 6,9 FH: 31,4 SZH: 87,5 CK: 3,7 SÓ: 3,2	EN: 741 ZS: 25,3 TZS: 6,6 FH: 39,4 SZH: 83,7 CK: 8,4 SÓ: 2,2	EN: 793 ZS: 18,0 TZS: 4,7 FH: 32,3 SZH: 122,3 CK: 24,4 SÓ: 0,9	EN: 799 ZS: 22,3 TZS: 7,7 FH: 29,1 SZH: 113,0 CK: 0,5 SÓ: 3,0	EN: 756 ZS: 19,8 TZS: 2,0 FH: 23,9 SZH: 116,2 CK: 17,3 SÓ: 2,7	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Teljes kiőrlésű magos rúd Alma	Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Rágórépa	Natúr joghurt Kifli	Kenőmájás Kígyóborka Félbarna kenyér	Kakaós szelet		
<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:245 ZS: 6,5 TZS: 1,8 FH: 8,0 SZH: 38,0 CK: 10,0 SÓ: 0,3	EN: 274 ZS: 7,0 TZS: 3,6 FH: 14,3 SZH: 35,4 CK: 3,1 SÓ: 1,2	EN: 194 ZS: 3,8 TZS: 0,9 FH: 7,7 SZH: 31,5 CK: 0,7 SÓ: 0,7	EN: 249 ZS: 8,9 TZS: 3,8 FH: 11,0 SZH: 32,4 CK: 0,0 SÓ: 1,9	EN: 224 ZS: 7,8 TZS: 3,2 FH: 4,9 SZH: 33,1 CK: 11,3 SÓ: 0,6	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

SZOMBATHELY

Általános iskola

2019.05.27.–2019.06.02.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:316 ZS: 5,6 TZS: 1,8 FH: 12,8 SZH: 55,3 CK: 10,9 SÓ: 1,4</p>	<p>Tej Tavaszi túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 345 ZS: 8,8 TZS: 4,5 FH: 19,5 SZH: 43,7 CK: 2,3 SÓ: 1,3</p>	<p>Tejbedara Kakaós szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 324 ZS: 4,3 TZS: 2,3 FH: 12,4 SZH: 57,6 CK: 16,8 SÓ: 0,3</p>	<p>Tej Petrezselymes tojáskrém Jégcsapretek Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 342 ZS: 10,1 TZS: 4,4 FH: 17,3 SZH: 46,8 CK: 0,2 SÓ: 1,5</p>	<p>Tejeskávé Foszlós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 300 ZS: 6,7 TZS: 3,5 FH: 11,1 SZH: 47,3 CK: 11,5 SÓ: 0,5</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	---	--	--	---	--	--

EBÉD

<p>Daragaluska leves Sült kolbász Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10</p> <p>EN:741 ZS: 28,6 TZS: 7,4 FH: 34,7 SZH: 81,3 CK: 2,1 SÓ: 3,0</p>	<p>Májgaluska leves Burgonyás tészta Káposzta saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 760 ZS: 15,1 TZS: 2,3 FH: 30,4 SZH:120,8 CK: 8,5 SÓ: 1,1</p>	<p>Tojásos leves Bugaci szárnyas tokány Párolt rizs Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 756 ZS: 27,7 TZS: 5,4 FH: 39,8 SZH: 82,5 CK: 10,9 SÓ: 1,0</p>	<p>Tyúk erőleves Sertéshúsos paradicsomos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9</p> <p>EN: 699 ZS: 23,8 TZS: 3,5 FH: 39,1 SZH: 76,5 CK: 15,5 SÓ: 2,0</p>	<p>Magyaros zöldborsóleves <u>Olaszos csirkemell</u> <u>Bazsalikomós rizs*</u> Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 756 ZS: 19,5 TZS: 2,4 FH: 39,4 SZH: 101,5 CK: 17,8 SÓ: 0,9</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	---	---	--	---	--	--

UZSONNA

<p>Teljes kiőrlésű stangli Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:243 ZS: 5,9 TZS: 0,9 FH: 6,8 SZH: 39,6 CK: 9,1 SÓ: 0,1</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 197 ZS: 4,0 TZS: 0,6 FH: 12,1 SZH: 30,0 CK: 0,2 SÓ: 1,3</p>	<p>Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Reszelt sárgarépa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 221 ZS: 5,5 TZS: 3,3 FH: 6,9 SZH: 33,8 CK: 2,0 SÓ: 1,6</p>	<p>Fahéjas csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 278 ZS: 6,3 TZS: 2,5 FH: 6,5 SZH: 48,4 CK: 19,5 SÓ: 0,1</p>	<p>Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 248 ZS: 9,0 TZS: 2,7 FH: 8,9 SZH: 30,6 CK: 0,1 SÓ: 1,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	--	--	---	---	--	--

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük.

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.