

Budapest

ISKOLA FELSŐS

2019. 09. 02.–2019. 09. 08.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tej Kakaós csiga <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:332 ZS: 12,5 TZS: 6,3 FH: 11,8 SZH: 42,3 CK: 21,8 SÓ: 0,8	Tej Tojáskrém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 362 ZS: 13,4 TZS: 6,7 FH: 16,1 SZH: 45,9 CK: 12,8 SÓ: 2,0	Gyümölcsstea Hot-dog <u>Allergének:</u> 1,7,10 EN: 349 ZS: 13,8 TZS: 4,6 FH: 12,1 SZH: 43,4 CK: 14,5 SÓ: 2,6	Tej Gabonapehely <u>Allergének:</u> 1,7,8,11 EN: 277 ZS: 4,8 TZS: 2,3 FH: 10,7 SZH: 46,4 CK: 26,9 SÓ: 0,5	Citromos tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 309 ZS: 5,1 TZS: 2,5 FH: 13,7 SZH: 46,6 CK: 11,4 SÓ: 1,4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Leccsós zellerleves Tavaszi szárnyas rizseshús Csemege uborka (édesítőszerrel) <u>Allergének:</u> 1,3,9,10 EN:754 ZS: 26,0 TZS: 2,4 FH: 33,0 SZH: 91,5 CK: 2,5 SÓ: 2,5	Vajasgaluska leves Sertéspörkölt Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 812 ZS: 31,8 TZS: 9,0 FH: 37,5 SZH: 80,0 CK: 15,6 SÓ: 4,6	Lencsegulyás Mákos metélt Alma <u>Allergének:</u> 1,3,5,8,9 EN: 803 ZS: 29,7 TZS: 4,5 FH: 36,6 SZH: 91,8 CK: 17,2 SÓ: 1,2	Magyaros gombaleves Szárnyas vagdalt Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7, 9, 12 EN: 847 ZS: 26,3 TZS: 5,2 FH: 37,7 SZH: 109,0 CK: 4,2 SÓ: 3,3	Paradicsomleves Rántott csirkemell Petrezselymes rizs Csalamádé (édesítőszerrel) <u>Allergének:</u> 1,3,9 EN: 833 ZS: 28,3 TZS: 1,4 FH: 24,3 SZH: 116,4 CK: 16,0 SÓ: 2,4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápi paprika <u>Allergének:</u> 1,7 EN:253 ZS: 5,7 TZS: 3,3 FH: 8,2 SZH: 39,5 CK: 2,0 SÓ: 1,8	Csemege szalámi Margarin Zsemle Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1 EN: 334 ZS: 14,4 TZS: 5,0 FH: 10,8 SZH: 39,4 CK: 0,3 SÓ: 1,9	Sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsap retek <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 356 ZS: 14,0 TZS: 0,2 FH: 17,4 SZH: 35,9 CK: 0,0 SÓ: 2,2	Csirkemell sonka Margarin Szezámagos zsemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,11 EN: 223 ZS: 5,7 TZS: 0,9 FH: 13,0 SZH: 31,6 CK: 0,6 SÓ: 1,4	Gyümölcsös joghurt Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 270 ZS: 2,5 TZS: 1,5 FH: 9,5 SZH: 51,3 CK: 18,5 SÓ: 0,7	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést 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.

Budapest

ISKOLA FELSŐS

2019. 09. 09.–2019. 09. 15.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tej Briós <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:286 ZS: 6,6 TZS: 3,3 FH: 12,3 SZH: 43,5 CK: 19,7 SÓ: 0,6	Karamellás tej Vajkrém Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 383 ZS: 16,7 TZS: 8,3 FH: 11,5 SZH: 45,8 CK: 19,6 SÓ: 0,9	Gyümölcs tea Füstölt sajtos brokkolikrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 254 ZS: 3,4 TZS: 1,8 FH: 8,0 SZH: 44,8 CK: 9,7 SÓ: 1,7	Kakaós tej Fonott kalács <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 307 ZS: 6,6 TZS: 3,5 FH: 11,5 SZH: 49,1 CK: 23,5 SÓ: 0,6	Citromos tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,3 EN: 269 ZS: 4,8 TZS: 1,4 FH: 8,4 SZH: 45,1 CK: 9,1 SÓ: 1,4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Lebbencsleves Dinó szelet Zöldborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,12 EN:837 ZS: 29,2 TZS: 4,6 FH: 31,2 SZH:106,9 CK: 12,2 SÓ: 2,8	Tejfölös karalábéleves Pusztapörkölt Cékla savanyúság Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 795 ZS: 26,0 TZS: 5,7 FH: 35,8 SZH:101,8 CK: 5,9 SÓ: 2,7	Csirkeragu leves Túrós tészta Szőlő <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 766 ZS: 28,9 TZS: 8,5 FH: 37,4 SZH: 84,0 CK: 33,0 SÓ: 2,8	Tavaszi zöldségleves Sertéshúsos paradicsomos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,9 EN: 731 ZS: 25,7 TZS: 4,7 FH: 32,5 SZH: 86,3 CK: 23,5 SÓ: 2,4	Zellerkrém leves Levesgyöngy Sütőben sült halrudak Párolt rizs Uborkasaláta <u>Allergének:</u> 1,4,7,9 EN: 808 ZS: 27,3 TZS: 2,9 FH: 23,7 SZH: 111,6 CK: 9,5 SÓ: 2,9	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Magyaros vajkrém Zsemle Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1,7 EN:270 ZS: 8,8 TZS: 4,2 FH: 6,7 SZH: 39,6 CK: 0,8 SÓ: 1,2	Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika <u>Allergének:</u> 1 EN: 276 ZS: 8,1 TZS: 2,3 FH: 9,7 SZH: 38,1 CK: 0,2 SÓ: 1,8	Kenőmájás Zsemle Jégcsap retek <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 285 ZS: 9,0 TZS: 3,9 FH: 10,7 SZH: 38,4 CK: 0,1 SÓ: 1,7	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1 EN: 285 ZS: 8,9 TZS: 2,4 FH: 11,2 SZH: 36,3 CK: 0,0 SÓ: 2,1	Kockasajt Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 304 ZS: 14,8 TZS: 0,9 FH: 12,7 SZH: 27,6 CK: 0,7 SÓ: 0,9	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> 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.

Budapest

ISKOLA FELSŐS

2019. 09. 16.–2019. 09. 22.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tej Túrós bukta <u>Allergének:</u> 1,3,7,8,10,11 EN:433 ZS: 10,4 TZS: 4,3 FH: 16,6 SZH: 66,3 CK: 28,5 SÓ: 0,8	Tej Extra dzsem Margarin Zsúrkenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 271 ZS: 6,0 TZS: 2,0 FH: 11,6 SZH: 42,2 CK: 23,4 SÓ: 0,9	Gyümölcsstea Gépsonka Margarin Zsemle Paradicsom <u>Allergének:</u> 1 EN: 311 ZS: 5,5 TZS: 1,2 FH: 14,9 SZH: 48,4 CK: 9,3 SÓ: 1,3	Citromos tea Reszelt sajt Margarin Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 307 ZS: 12,1 TZS: 6,3 FH: 12,3 SZH: 36,2 CK: 9,8 SÓ: 1,3	Gyümölcsstea Majonézes-uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,10 EN: 368 ZS: 13,9 TZS: 2,4 FH: 11,8 SZH: 45,6 CK: 10,0 SÓ: 2,2	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Daragaluska leves Sült virsli Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,6,9 EN:816 ZS: 35,2 TZS: 7,9 FH: 34,4 SZH: 86,5 CK: 0,5 SÓ: 4,2	Tojásleves Csirkemájrizottó Vegyes saláta Őszibarack <u>Allergének:</u> 1,3 EN: 757 ZS: 19,7 TZS: 3,9 FH: 38,2 SZH:101,6 CK: 8,4 SÓ: 1,4	Gulyásleves Aranygaluska Vanília öntet <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12 EN: 769 ZS: 22,8 TZS: 7,2 FH: 30,5 SZH:105,1 CK: 30,2 SÓ: 1,5	Csontleves Paradicsom mártás Húsgombóc (árpagyönggyel) Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN: 823 ZS: 32,6 TZS: 8,4 FH: 28,6 SZH: 96,6 CK: 8,0 SÓ: 2,4	Zöldbableves Snidlinges sajtmártásos csirke Párolt rizs <u>Allergének:</u> 1,7,9 EN: 793 ZS: 32,5 TZS: 9,5 FH: 33,4 SZH: 86,8 CK: 6,0 SÓ: 2,2	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Zöldfűszeres sajtkrém Zsemle Kápia paprika <u>Allergének:</u> 1,7,9 EN:259 ZS: 5,6 TZS: 3,4 FH: 8,0 SZH: 43,0 CK: 2,1 SÓ: 1,4	Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsap retek <u>Allergének:</u> 1 EN: 334 ZS: 15,3 TZS: 0,2 FH: 10,8 SZH: 35,2 CK: 0,0 SÓ: 2,3	Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 299 ZS: 12,8 TZS: 6,0 FH: 7,2 SZH: 35,9 CK: 0,3 SÓ: 1,3	Párizsi Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,6 EN: 267 ZS: 10,1 TZS: 3,0 FH: 11,4 SZH: 33,7 CK: 0,0 SÓ: 2,0	Sajtos rúd Szilva <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 317 ZS: 17,5 TZS: 1,0 FH: 4,9 SZH: 32,2 CK: 13,1 SÓ: 1,1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> 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 étkezést 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.

Budapest

ISKOLA FELSŐS

2019. 09. 23.–2019. 09. 29.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tej Méz Margarin Zsúrkenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN:284 ZS: 6,0 TZS: 2,0 FH: 11,6 SZH: 45,5 CK: 28,7 SÓ: 0,8	Citromos tea Padlizsánkrém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12 EN: 282 ZS: 10,9 TZS: 2,7 FH: 6,1 SZH: 41,9 CK: 9,5 SÓ: 1,6	Gyümölcsstea Tejfölös túró Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 294 ZS: 5,4 TZS: 2,8 FH: 12,5 SZH: 45,7 CK: 11,3 SÓ: 1,4	Tejeskávé Fatörzs kifli <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 318 ZS: 7,3 TZS: 3,1 FH: 11,6 SZH: 50,9 CK: 22,6 SÓ: 0,5	Tej Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 354 ZS: 8,5 TZS: 3,4 FH: 16,9 SZH: 49,3 CK: 12,5 SÓ: 1,6	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Köménymag leves Pirított kenyérkocka Paradicsomos tonhalas farfalle Sajt szórat Szőlő <u>Allergének:</u> 1,3,4,7 EN:827 ZS: 32,7 TZS: 3,8 FH: 37,3 SZH: 94,5 CK: 30,7 SÓ: 2,2	Karfiolleves Fűszeres csirke csíkok Pirított burgonya Friss saláta Joghurtos öntet <u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,9,10,11,12 EN: 701 ZS: 26,3 TZS: 2,8 FH: 33,9 SZH: 74,9 CK: 8,3 SÓ: 1,8	Almaleves Tarhonyás hús Cékla savanyúság <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 772 ZS: 23,7 TZS: 6,3 FH: 35,1 SZH:102,0 CK: 27,8 SÓ: 1,2	Reszelttészta leves Szárnyas vagdalt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 787 ZS: 26,6 TZS: 5,3 FH: 34,0 SZH: 97,7 CK: 12,9 SÓ: 3,0	Zöldség krémleves Pirított tökmag Rántott sajt Rizi bizi Tartár mártás <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 841 ZS: 43,6 TZS: 10,7 FH: 26,3 SZH: 83,3 CK: 2,9 SÓ: 2,6	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Kápi paprika <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN:294 ZS: 9,2 TZS: 3,8 FH: 11,4 SZH: 37,6 CK: 0,0 SÓ: 2,0	Edami sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsap retek <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 344 ZS: 13,4 TZS: 7,0 FH: 16,8 SZH: 35,9 CK: 0,0 SÓ: 2,1	Soproni felvágott Margarin Zsemle Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1 EN: 281 ZS: 9,0 TZS: 2,8 FH: 9,7 SZH: 39,1 CK: 0,2 SÓ: 1,5	Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1 EN: 213 ZS: 4,3 TZS: 0,6 FH: 14,4 SZH: 33,9 CK: 0,1 SÓ: 1,8	Gyümölcsös joghurt Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 270 ZS: 2,5 TZS: 1,5 FH: 9,5 SZH: 51,3 CK: 18,5 SÓ: 0,7	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> 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 étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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 étel fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

Budapest

ISKOLA FELSŐS

2019. 09. 30.–2019. 10. 06.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej
Fahéjas csiga

Allergének:
1,3,7,8,10,11

EN:332
ZS: 12,3 TZS: 6,5 FH: 10,8
SZH: 44,3 CK: 25,0 SÓ: 0,5

Citromos tea
Körözött
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,7

EN: 294
ZS: 5,0 TZS: 2,5 FH: 12,8
SZH: 46,2 CK: 11,4 SÓ: 1,4

Tej
Mogyorós krém
Félbarna kenyér

Allergének:
1,5,7

EN: 376
ZS: 10,5 TZS: 4,4 FH: 15,0
SZH: 57,8 CK: 23,7 SÓ: 1,3

Kakaós tej
Vajkrém
Császárszemle

Allergének:
1,7

EN: 379
ZS: 16,4 TZS: 8,2 FH: 11,7
SZH: 45,3 CK: 21,0 SÓ: 0,8

Gyümölcsstea
Tojáskrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Kápia paprika

Allergének:
1,3,7,10

EN: 326
ZS: 10,0 TZS: 4,7 FH: 8,4
SZH: 47,6 CK: 9,5 SÓ: 1,9

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Hamis gulyásleves
Sertéspörkölt
Fejtettbab főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Alma

Allergének:
1,7,9,12

EN:778
ZS: 24,3 TZS: 5,8 FH: 40,0
SZH: 93,0 CK: 11,4 SÓ: 3,1

Vegyes gyümölcsleves
Barbecue csirkeragu
Párolt rizs
Káposzta saláta

Allergének:
1,7,10

EN: 787
ZS: 16,5 TZS: 3,6 FH: 32,8
SZH: 121,6 CK: 36,5 SÓ: 0,8

Kertészleves
Paprikás burgonya virslivel
Csemege uborka (édesítőszerrel)
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,9,10,12

EN: 714
ZS: 31,8 TZS: 6,7 FH: 22,1
SZH: 83,0 CK: 0,9 SÓ: 4,7

Bakonyi betyár leves
Dejós nudli
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,7,9

EN: 756
ZS: 18,9 TZS: 4,5 FH: 29,6
SZH: 100,3 CK: 22,5 SÓ: 2,4

Paradicsomleves
Fűszeres csirkecomb filé
Petrzselymes burgonya
Vegyes saláta

Allergének:
1,3,5,6,9,10,11,12

EN: 752
ZS: 26,3 TZS: 2,3 FH: 32,5
SZH: 91,1 CK: 23,3 SÓ: 2,0

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Magyaros vajkrém
Szezámagos zsemle
Zöldpaprika

Allergének:
1,7,11

EN:251
ZS: 10,3 TZS: 4,4 FH: 5,8
SZH: 32,5 CK: 1,2 SÓ: 1,2

Túrista szalámi
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1

EN: 255
ZS: 10,6 TZS: 3,5 FH: 10,3
SZH: 31,9 CK: 0,0 SÓ: 1,8

Sajt szelet
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóuborka

Allergének:
1,7

EN: 357
ZS: 14,1 TZS: 0,2 FH: 17,5
SZH: 36,0 CK: 0,0 SÓ: 2,2

Párizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsap retek

Allergének:
1,6

EN: 291
ZS: 10,1 TZS: 3,0 FH: 11,1
SZH: 35,3 CK: 0,0 SÓ: 2,1

Kockasajt
Kifli

Allergének:
1,7

EN: 304
ZS: 14,8 TZS: 0,9 FH: 12,7
SZH: 27,6 CK: 0,7 SÓ: 0,9

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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.