

# ÉTLAP

Dunakeszi

Általános Iskola Alsó Tagozat

2020. 09. 28.–2020. 10. 04.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	Tej Gabonapehely  <u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8,11 EN:237 ZS: 4,4 TZS: 2,3 FH: 9,2 SZH: 36,0 CK: 22,0 SÓ: 0,5	Citromos tea Vaníliás krémtúró Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 218 ZS: 0,8 TZS: 0,4 FH: 9,0 SZH: 42,8 CK: 7,9 SÓ: 1,0	Őszibarack tea Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 264 ZS: 7,3 TZS: 2,6 FH: 8,7 SZH: 40,7 CK: 7,1 SÓ: 1,8	Kakaós tej Natúr vajkrém Császárszemle  <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 391 ZS: 15,2 TZS: 8,9 FH: 13,7 SZH: 45,7 CK: 15,0 SÓ: 1,1	Málnás tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom  <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 260 ZS: 6,6 TZS: 1,0 FH: 8,0 SZH: 40,0 CK: 7,7 SÓ: 1,1		
<b>EBÉD</b>	Reszelt tésztalevés Főtt tojás Parajmártás Főtt burgonya  <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12 EN:341 ZS: 11,8 TZS: 1,4 FH: 15,0 SZH: 41,1 CK: 3,4 SÓ: 1,0	Zellerleves Tejszínes gombás-sonkás csirkeragu Bulgur Alma  <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10 EN: 589 ZS: 17,3 TZS: 2,9 FH: 29,4 SZH: 75,7 CK: 7,2 SÓ: 1,5	Babgulyás sertéshússal Darás metélt Gyümölcs öntet Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10 EN: 836 ZS: 13,9 TZS: 3,5 FH: 34,9 SZH:138,9 CK: 18,4 SÓ: 1,8	Citromos kerti leves Reszelt csirkemáj Tört burgonya Csemege uborka édesítőszerral  <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12 EN: 507 ZS: 20,2 TZS: 3,4 FH: 24,3 SZH: 55,2 CK: 2,0 SÓ: 2,0	Magyaros gombaleves vajas galuskával Rántott csirkemell Rizibizi savanyúság  <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10 EN: 596 ZS: 17,0 TZS: 2,3 FH: 35,3 SZH: 73,7 CK: 1,8 SÓ: 1,2		
<b>UZSONNA</b>	Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom  <u>Allergének:</u> 1,7 EN:209 ZS: 5,0 TZS: 2,9 FH: 6,3 SZH: 32,8 CK: 0,7 SÓ: 1,1	Csemege szalámi Margarin Kifli Kígyóborka  <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 200 ZS: 7,8 TZS: 2,7 FH: 7,0 SZH: 25,9 CK: 1,4 SÓ: 1,2	Trappista sajt Margarin Zsemle Jégcsapretek  <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 313 ZS: 13,0 TZS: 6,8 FH: 13,5 SZH: 33,7 CK: 0,3 SÓ: 1,4	Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka  <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 261 ZS: 9,6 TZS: 2,7 FH: 9,8 SZH: 32,2 CK: 0,3 SÓ: 1,5	Müzlis szelet Alma  <u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8,11,12 EN: 101 ZS: 1,7 TZS: 0,6 FH: 1,2 SZH: 20,1 CK: 11,9 SÓ: 0,0		

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. Szezám; 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

Dunakeszi

Általános Iskola Alsó Tagozat

2020. 10. 05.–2020. 10. 11.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	Tej Molnárka Margarin  <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:257 ZS: 10,4 TZS: 4,6 FH: 10,4 SZH: 27,7 CK: 12,9 SÓ: 0,7	Epres tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka  <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 257 ZS: 6,6 TZS: 1,0 FH: 8,0 SZH: 39,3 CK: 7,7 SÓ: 1,1	Citromos tea Füstölt sajtos brokkoli krém Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 240 ZS: 4,4 TZS: 2,4 FH: 7,8 SZH: 38,4 CK: 7,1 SÓ: 1,6	Vaníliás tej Mogyoróskré Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8 EN: 426 ZS: 10,5 TZS: 5,7 FH: 13,1 SZH: 66,2 CK: 33,6 SÓ: 1,3	Epres tea Kolbásos vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 233 ZS: 4,9 TZS: 2,9 FH: 6,4 SZH: 39,0 CK: 7,5 SÓ: 1,1	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
<b>EBÉD</b>	Hamis gulyás Sült baromfi virsli Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12 EN:595 ZS: 22,2 TZS: 4,8 FH: 24,4 SZH: 69,2 CK: 7,0 SÓ: 3,5	Hagyma krémleves leves gyöngy Pincepörkölt sertéshússal Csalamádé Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12 EN: 750 ZS: 24,9 TZS: 10,4 FH: 32,0 SZH: 94,9 CK: 4,7 SÓ: 2,0	Frankfurti leves Szilvás gombóc Fahéjas szórát Alma  <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10 EN: 715 ZS: 18,7 TZS: 2,3 FH: 19,3 SZH:113,4 CK: 40,9 SÓ: 1,7	Paradicsomleves Halfasírt Kukoricás rizs Tzatziki  <u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9,10,11 EN: 742 ZS: 17,7 TZS: 3,4 FH: 32,9 SZH:109,0 CK: 16,5 SÓ: 2,0	Zöldségleves vajas galuskával Vadas sertésragu Makaróni  <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10 EN: 654 ZS: 18,8 TZS: 5,4 FH: 29,1 SZH: 85,9 CK: 13,0 SÓ: 1,3	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
<b>UZSONNA</b>	Sajtkrém pritaminpaprikával Félbarna kenyér Paradicsom  <u>Allergének:</u> 1,7 EN:201 ZS: 2,7 TZS: 1,5 FH: 6,1 SZH: 34,3 CK: 0,2 SÓ: 1,4	Olasz felvágott Margarin Szezámagos zsemle  <u>Allergének:</u> 1,6,7,11 EN: 260 ZS: 11,3 TZS: 3,6 FH: 9,0 SZH: 30,9 CK: 0,4 SÓ: 1,7	Kenőmájas Kifli Paradicsom  <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 221 ZS: 8,7 TZS: 3,8 FH: 9,2 SZH: 26,4 CK: 1,3 SÓ: 1,2	Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek  <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 241 ZS: 6,9 TZS: 2,5 FH: 10,1 SZH: 32,9 CK: 1,1 SÓ: 1,8	Túró desszert Szilva  <u>Allergének:</u> 5,6,7,8 EN: 122 ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH: 1,9 SZH: 18,2 CK: 17,1 SÓ: 0,0	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>

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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedért 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

# ÉTLAP

Dunakeszi

Általános Iskola Alsó Tagozat

2020. 10. 12.–2020. 10. 18.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Epres tea Főtt tojás Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN:224 ZS: 5,7 TZS: 0,0 FH: 10,2 SZH: 32,3 CK: 8,1 SÓ: 0,9</p>	<p>Tej Kakaós csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 578 ZS: 7,8 TZS: 6,0 FH: 16,8 SZH: 91,5 CK: 40,5 SÓ: 1,1</p>	<p>Őszibarack tea Szezámagos vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,11</p> <p>EN: 321 ZS: 13,6 TZS: 6,7 FH: 7,2 SZH: 39,8 CK: 7,0 SÓ: 1,3</p>	<p>Tej Gabonapehely</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8,11</p> <p>EN: 237 ZS: 4,4 TZS: 2,3 FH: 9,2 SZH: 36,0 CK: 22,0 SÓ: 0,5</p>	<p>Citromos tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 245 ZS: 4,4 TZS: 2,2 FH: 10,2 SZH: 39,2 CK: 8,4 SÓ: 1,1</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 Dinó-figurás vagdalt Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:814 ZS: 24,5 TZS: 4,6 FH: 34,5 SZH:107,5 CK: 7,2 SÓ: 3,1</p>	<p>Karalábéleves Bolognai makaróni Sajt szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 750 ZS: 32,1 TZS: 12,5 FH: 33,6 SZH: 77,6 CK: 12,6 SÓ: 1,8</p>	<p>Zsurmóka leves Csirkemájás rizottó reszelt sajttal Uborka saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 609 ZS: 21,0 TZS: 7,4 FH: 31,7 SZH: 71,5 CK: 5,3 SÓ: 1,5</p>	<p>Zöldbableves Serpényös burgonya baromfi virslivel Céklasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 428 ZS: 17,1 TZS: 3,3 FH: 15,4 SZH: 54,0 CK: 3,3 SÓ: 2,5</p>	<p>Zöldség krémleves leves gyöngy Rántott csirkemell Petrezselymes rizs Csalamádé</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 733 ZS: 21,4 TZS: 4,8 FH: 34,8 SZH: 97,0 CK: 7,0 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>
--	---	--	--	--	--	--

UZSONNA

<p>Reszelt sajt Margarin Félbarna kenyér Zöld paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:315 ZS: 13,0 TZS: 6,7 FH: 13,3 SZH: 34,4 CK: 1,1 SÓ: 1,7</p>	<p>Füstölt pulyka párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 255 ZS: 9,4 TZS: 3,1 FH: 8,5 SZH: 32,4 CK: 0,5 SÓ: 1,7</p>	<p>Kockasajt Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 258 ZS: 9,4 TZS: 4,8 FH: 8,1 SZH: 34,5 CK: 2,0 SÓ: 1,5</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 226 ZS: 5,5 TZS: 1,6 FH: 10,8 SZH: 31,7 CK: 0,3 SÓ: 1,8</p>	<p>Gyümölcs joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 235 ZS: 3,7 TZS: 2,2 FH: 7,4 SZH: 42,6 CK: 16,3 SÓ: 0,8</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. 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

# ÉTLAP

Dunakeszi

Általános Iskola Alsó Tagozat

2020. 10. 19.–2020. 10. 25.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Kakaós tej  
Foszlós kalács

Epres tea  
Barackos túrókrém  
Zsemle

Őszibarack tea  
Füstölt sajtkrém  
Magvas zsemle

Tej  
Mogyorókrém  
Félbarna kenyér

Allergének:

Allergének:

Allergének:

EN:340  
ZS: 9,8 TZS: 5,4 FH: 14,0  
SZH: 48,7 CK: 16,7 SÓ: 0,6

EN: 222  
ZS: 1,2 TZS: 0,7 FH: 9,2  
SZH: 42,4 CK: 8,8 SÓ: 0,7

EN: 270  
ZS: 7,5 TZS: 3,0 FH: 10,0  
SZH: 37,1 CK: 7,9 SÓ: 1,6

EN: 383  
ZS: 10,5 TZS: 5,7 FH: 13,0  
SZH: 55,3 CK: 22,7 SÓ: 1,3

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Tárkonyos zöldségleves  
Tarhonyás szárnyszűsző  
Csemege uborka édesítőszerrel

Lebbencsleves  
Baromfi virsli  
Zöldborsófőzelék  
Teljes kiőrlésű kenyér

Húsgombóc leves  
Tejbedara  
Fahéjas szórát  
Alma

Gyümölcsleves  
Panírozott halrúd  
Petrezselymes rizs  
Tartármártás

ÜNNEPNAP

Allergének:

Allergének:

Allergének:

EN:542  
ZS: 21,3 TZS: 3,4 FH: 28,9  
SZH: 56,3 CK: 5,5 SÓ: 1,9

EN: 771  
ZS: 26,1 TZS: 5,4 FH: 29,4  
SZH: 100,4 CK: 12,8 SÓ: 3,3

EN: 592  
ZS: 17,0 TZS: 6,5 FH: 22,5  
SZH: 83,0 CK: 43,9 SÓ: 0,9

EN: 779  
ZS: 26,6 TZS: 5,1 FH: 18,9  
SZH: 113,2 CK: 27,7 SÓ: 1,2

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Vajkrém snidlinges  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Kígyóuborka

Olasz felvágott  
Margarin  
Félbarna kenyér  
Paradicsom

Zala felvágott  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Kígyóuborka

Kenőmájás  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Jégcsapretek

Allergének:

Allergének:

Allergének:

EN:191  
ZS: 3,3 TZS: 1,9 FH: 6,1  
SZH: 32,3 CK: 1,2 SÓ: 1,3

EN: 269  
ZS: 10,6 TZS: 3,8 FH: 8,5  
SZH: 34,5 CK: 0,6 SÓ: 1,8

EN: 243  
ZS: 7,7 TZS: 2,8 FH: 9,5  
SZH: 32,6 CK: 0,3 SÓ: 1,8

EN: 258  
ZS: 9,2 TZS: 4,1 FH: 10,2  
SZH: 31,5 CK: 0,2 SÓ: 1,5

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

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. 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

# ÉTLAP

	Dunakeszi			Általános Iskola Alsó Tagozat			2020. 10. 26.–2020. 11. 01.		
	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap		
TÍZÓRAI	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:
EBÉD	ŐSZI SZÜNET <u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	ŐSZI SZÜNET <u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	ŐSZI SZÜNET <u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	ŐSZI SZÜNET <u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	ŐSZI SZÜNET <u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	ŐSZI SZÜNET <u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	ŐSZI SZÜNET <u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	ŐSZI SZÜNET <u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	ŐSZI SZÜNET <u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:
UZSONNA	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:

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 elnézést 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.