

PÉCS

Általános Iskola felső tagozat

2021.01.04. – 2021.01.10.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Teljes kiőrlésű kakaós csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 293 ZS: 11,6 TZS: 2 FH: 9,9 SZH: 37 CK: 17,1 SÓ: 1,2</p>	<p>Tea Körözött Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6, 7, 8, 10</p> <p>EN: 280 ZS: 4,6 TZS: 3,8 FH: 11,8 SZH: 46,5 CK: 12,4 SÓ: 0,8</p>	<p>Tea Vajkrém Félbarna kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 244 ZS: 6,5 TZS: 3,9 FH: 5,7 SZH: 39,2 CK: 10,8 SÓ: 1</p>	<p>Tej Mogyoróskré Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 328 ZS: 11 TZS: 5,5 FH: 11,4 SZH: 43,3 CK: 21,3 SÓ: 1</p>	<p>Tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 10, 11</p> <p>EN: 259 ZS: 7,8 TZS: 4,3 FH: 8,4 SZH: 37,8 CK: 11,5 SÓ: 0,9</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
EBÉD	<p>100 %-os gyümölcsle Bolognai spagetti sertéshússal Reszelt sajt Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7, 10</p> <p>EN: 799 ZS: 25 TZS: 8,2 FH: 31,6 SZH: 112,2 CK: 53,8 SÓ: 2,3</p>	<p>Vajas galuskaleves Chilis bab sertéshússal Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11</p> <p>EN: 787 ZS: 24 TZS: 8,2 FH: 35 SZH: 101 CK: 14 SÓ: 2,5</p>	<p>Sertés gulyásleves Morzsás nudli Barack öntettel Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12</p> <p>EN: 790 ZS: 15,8 TZS: 4 FH: 24,1 SZH: 114,7 CK: 23,5 SÓ: 4</p>	<p>Zöldséges burgonyaleves Zöldborsós csirkemáj Párolt rizs Csemege uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 9, 10, 12</p> <p>EN: 763 ZS: 16,1 TZS: 2,8 FH: 32,4 SZH: 117,2 CK: 5,6 SÓ: 3,2</p>	<p>Zöldség krémleves Levesgyönggyel Rántott csirkemell Petrezselymes bulgur Céklassaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11</p> <p>EN: 850 ZS: 24,1 TZS: 5,9 FH: 39,6 SZH: 112,4 CK: 10,8 SÓ: 4</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
UZSONNA	<p>Zöldfűszeres sajtkrém Félbarna kenyér Paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 261 ZS: 11,4 TZS: 6,7 FH: 5,8 SZH: 32,4 CK: 2 SÓ: 1,2</p>	<p>Füstölt baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 233 ZS: 8,5 TZS: 3,5 FH: 9 SZH: 28,9 CK: 2,1 SÓ: 1,8</p>	<p>Trappista sajt szelet Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6, 7</p> <p>EN: 326 ZS: 13,1 TZS: 7,5 FH: 16,1 SZH: 34,2 CK: 0,3 SÓ: 1,3</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 209 ZS: 4,4 TZS: 1,5 FH: 11 SZH: 30 CK: 0,3 SÓ: 1,7</p>	<p>Gyümölcs ízű joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 191 ZS: 1,5 TZS: 0,6 FH: 7 SZH: 37,1 CK: 11,8 SÓ: 0,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</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 étkezéstétét 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.

PÉCS

Általános Iskola felső tagozat

2021.01.11. – 2021.01.17.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Pizzás csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11, 12</p> <p>EN: 245 ZS: 10,2 TZS: 5,8 FH: 9,5 SZH: 28,7 CK: 11,3 SÓ: 1</p>	<p>Tea Citrusos túrókrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6, 7, 8</p> <p>EN: 319 ZS: 4,7 TZS: 4 FH: 11,7 SZH: 56 CK: 22,3 SÓ: 0,7</p>	<p>Tea Sajtkrém Teljes kiőrlésű kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7, 8, 12</p> <p>EN: 233 ZS: 7,9 TZS: 5 FH: 6,6 SZH: 32,2 CK: 11,7 SÓ: 1,2</p>	<p>Tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 309 ZS: 5,5 TZS: 2,9 FH: 10,5 SZH: 53,3 CK: 25,8 SÓ: 1,1</p>	<p>Tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 315 ZS: 10,6 TZS: 5,3 FH: 12,1 SZH: 38,7 CK: 11,6 SÓ: 0,9</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
EBÉD	<p>Tárkonyos zöldségleves Csikós sertéstokány Párolt rizs Csalamádé Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 8, 9, 10</p> <p>EN: 850 ZS: 34,3 TZS: 10,8 FH: 27,4 SZH: 103,1 CK: 13,5 SÓ: 4</p>	<p>Lebbencsleves Sült virsli Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12</p> <p>EN: 701 ZS: 18,4 TZS: 3,5 FH: 26,4 SZH: 102,2 CK: 17,3 SÓ: 2,3</p>	<p>Legényfogó leves sertéshússal Mákos-vaniliás ráncos Narancs</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14</p> <p>EN: 839 ZS: 38,2 TZS: 15,9 FH: 21,6 SZH: 104,9 CK: 33,7 SÓ: 3,2</p>	<p>Csontleves Paradicsomos sertés húsgombóc Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12</p> <p>EN: 704 ZS: 19,3 TZS: 5,4 FH: 24,4 SZH: 102 CK: 30 SÓ: 3,8</p>	<p>Szilvaleves Rántott halrudacska Kukoricás rizs Majonéz</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 4, 7, 8, 10</p> <p>EN: 848 ZS: 35 TZS: 5,2 FH: 18,2 SZH: 110,2 CK: 32,1 SÓ: 2,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
UZSONNA	<p>Snidlinges vajkrém Teljes kiőrlésű zsemle Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 169 ZS: 5,7 TZS: 3,8 FH: 4,8 SZH: 23,1 CK: 0,8 SÓ: 0,8</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Félbarna kenyér Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 290 ZS: 12,8 TZS: 4,7 FH: 9,4 SZH: 31 CK: 0,2 SÓ: 1,7</p>	<p>Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 235 ZS: 7,8 TZS: 3,8 FH: 9,8 SZH: 30,1 CK: 0,4 SÓ: 1,7</p>	<p>Kenőmájás Zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6, 7, 9, 10</p> <p>EN: 312 ZS: 12,6 TZS: 4,7 FH: 11,6 SZH: 36,8 CK: 3,2 SÓ: 1,7</p>	<p>Kocka sajt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 137 ZS: 2,9 TZS: 1,5 FH: 4,7 SZH: 22,7 CK: 1,3 SÓ: 0,6</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztaszennyeződéssel 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. Szezámmag; 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 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.

PÉCS

Általános Iskola felső tagozat

2021.01.18. – 2021.01.24.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Barack extra dzsem Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6, 7</p> <p>EN: 328 ZS: 5,7 TZS: 2,7 FH: 11,8 SZH: 56,3 CK: 22,4 SÓ: 1</p>	<p>Tea Mediterrán tonhalkrém Teljes kiőrlésű kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 4, 6, 7, 8, 10</p> <p>EN: 278 ZS: 8,9 TZS: 4,4 FH: 15,1 SZH: 32,5 CK: 11,2 SÓ: 1,8</p>	<p>Tejeskávé Pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11, 12</p> <p>EN: 343 ZS: 14,5 TZS: 8,3 FH: 10,6 SZH: 42,3 CK: 19,7 SÓ: 1,8</p>	<p>Tea Majonéz, uborkás tojáskrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 10, 11</p> <p>EN: 248 ZS: 6,1 TZS: 2,7 FH: 6,8 SZH: 39,1 CK: 11,1 SÓ: 1,8</p>	<p>Tea Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 243 ZS: 8 TZS: 2,9 FH: 7,2 SZH: 33,6 CK: 10,4 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>Lencseleves Sajtos, tejfőlés tészta Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12</p> <p>EN: 789 ZS: 26,2 TZS: 12,5 FH: 34,8 SZH: 99,2 CK: 14,9 SÓ: 2,3</p>	<p>Húsleves Főtt sertésszelet Gyümölcsmártás Pirított dara</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10</p> <p>EN: 820 ZS: 24,8 TZS: 7,7 FH: 27,6 SZH: 115,2 CK: 39,3 SÓ: 2,8</p>	<p>Köménymag leves Zsemlekockával Zöldséges szárnyas rizses hús Csemege uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7, 9, 10</p> <p>EN: 742 ZS: 17,4 TZS: 3 FH: 36,5 SZH: 105,1 CK: 6,9 SÓ: 3,3</p>	<p>Citromos kerti leves Sertésfasírt Kelkáposztafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12</p> <p>EN: 802 ZS: 26,5 TZS: 7,4 FH: 32,9 SZH: 101,9 CK: 15 SÓ: 3,4</p>	<p>Brokkoli krémleves Levesgyönggyel Provance-i csirkemell filé Petrezselymes burgonya</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 10, 12</p> <p>EN: 751 ZS: 21,6 TZS: 5,1 FH: 39,7 SZH: 93,5 CK: 4,1 SÓ: 2,6</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>Zsíros kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 250 ZS: 10,5 TZS: 4,4 FH: 5 SZH: 31,8 CK: 0,1 SÓ: 0,7</p>	<p>Gépsonka Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 202 ZS: 3,5 TZS: 1,3 FH: 11,4 SZH: 30,2 CK: 2,3 SÓ: 1,8</p>	<p>Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11, 12</p> <p>EN: 215 ZS: 8,1 TZS: 5 FH: 7,5 SZH: 25,9 CK: 1,5 SÓ: 1,3</p>	<p>Sertés párizsi Margarin Szezámagos zsemle Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 250 ZS: 11,9 TZS: 4 FH: 9,1 SZH: 26,4 CK: 2,2 SÓ: 1,4</p>	<p>Túrós-barackos ráncos Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14</p> <p>EN: 306 ZS: 14,2 TZS: 6 FH: 7,2 SZH: 49,7 CK: 30,7 SÓ: 0,7</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 keresztaszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutén tartalmú 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. Csillagfű; 14. Puhatestűek.

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

PÉCS

Általános Iskola felső tagozat

2021.01.25. – 2021.01.31.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Fahéjas csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 281 ZS: 13,3 TZS: 7,3 FH: 8,5 SZH: 32,2 CK: 16,5 SÓ: 0,6</p>	<p>Tea Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 10, 11</p> <p>EN: 225 ZS: 6,8 TZS: 3,8 FH: 5 SZH: 33,8 CK: 10,8 SÓ: 1</p>	<p>Kakaós tej Vaj Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11, 12</p> <p>EN: 411 ZS: 20,5 TZS: 14,1 FH: 10,5 SZH: 46,5 CK: 25,4 SÓ: 0,7</p>	<p>Tea Zöldfűszeres túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 240 ZS: 4,9 TZS: 4,1 FH: 10,8 SZH: 35,9 CK: 12,2 SÓ: 1</p>	<p>Tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 262 ZS: 7,7 TZS: 3,8 FH: 10,1 SZH: 35,4 CK: 11,8 SÓ: 0,9</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
EBÉD	<p>Daragaluska leves Székelykáposzta sertés hússal Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11</p> <p>EN: 705 ZS: 28,2 TZS: 9,6 FH: 29,3 SZH: 78,2 CK: 11 SÓ: 2,3</p>	<p>Magyaros zöldborsóleves Édes, savanyú csirkeragu Párolt rizs Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 6, 8, 10, 11</p> <p>EN: 773 ZS: 15,2 TZS: 2,2 FH: 34,6 SZH: 118,2 CK: 33,3 SÓ: 2,8</p>	<p>Paprikás burgonya virslivel Céklasaláta Teljes kiőrlésű kenyér Meggys brownie</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 10, 11, 12</p> <p>EN: 708 ZS: 26,8 TZS: 6,2 FH: 28,3 SZH: 83,5 CK: 16,3 SÓ: 3,3</p>	<p>Nyírségi gombóclevés szárnyashússal Dejós metélt Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 6, 7, 8, 10, 11</p> <p>EN: 802 ZS: 22,3 TZS: 5,5 FH: 28,9 SZH: 121,6 CK: 47,8 SÓ: 1,3</p>	<p>Almaleves Rántott halrudacska Burgonyapüré Amerikai káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 4, 7, 8, 10, 12</p> <p>EN: 847 ZS: 26,1 TZS: 7,1 FH: 25,7 SZH: 121,1 CK: 36,4 SÓ: 2</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
UZSONNA	<p>Kenőmájás Zsemle Paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6, 7, 9, 10</p> <p>EN: 314 ZS: 12,7 TZS: 4,7 FH: 11,6 SZH: 37,2 CK: 1,3 SÓ: 1,7</p>	<p>Reszelt sajt Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 302 ZS: 12,9 TZS: 7,7 FH: 15,4 SZH: 28,8 CK: 2,1 SÓ: 1,4</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 209 ZS: 4,4 TZS: 1,5 FH: 11 SZH: 30 CK: 0,3 SÓ: 1,7</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6</p> <p>EN: 310 ZS: 13,8 TZS: 4,6 FH: 11 SZH: 34,8 CK: 0,4 SÓ: 1,7</p>	<p>Gyümölcs ízű joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 191 ZS: 1,5 TZS: 0,6 FH: 7 SZH: 37,1 CK: 11,8 SÓ: 0,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztaszennyeződéssel 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. Szezámmag; 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 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.