

Füzesabony

Általános Iskola Alsó Tagozat

2021. 08. 30.–2021. 09. 05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Briós	Gyümölcs tea Vaníliás krémtúró Zsemle	Kakaós tej Sajtos pogácsa	Tejbedara Fahéjas szórát	Gyümölcs tea Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka		
<u>Allergének:</u> 1,3,6,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,12	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:267 ZS: 7 SZH:37,7 TZS: 3,9 CK:13,5 FH: 10,1 SÓ: 0,6	EN: 248 ZS: 3,6 SZH:41,3 TZS: 2,1 CK: 10,8 FH: 9,7 SÓ: 0,7	EN: 328 ZS: 9,7 SZH:45,8 TZS: 5,3 CK: 22 FH:10 SÓ: 1,2	EN: 317 ZS: 4,4 SZH:54,9 TZS: 2,6 CK: 35,5 FH: 10,2 SÓ: 0,4	EN: 240 ZS: 4,5 SZH: 38,8 TZS: 1,4 CK: 7,6 FH: 9,3 SÓ: 1,6	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:

EBÉD

Tarhonya leves Rakott karfiol Teljes kiőrlésű kenyér	Zellerkrémleves Pirított zsemlekocka Édes-savanyú csirkecsikok Párolt rizs	Babgulyás sertéshússal Sajtos tejfölös tészta	Tavaszi leves Fokhagymás sertés aprópecsenye Magyaros burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Paradicsomleves Rántott csirkemell Zöldséges bulgur Vegyes saláta		
<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,6,7,9,11,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,9	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:729 ZS: 28,8 SZH:82,3 TZS: 9 CK:4,5 FH: 27,2 SÓ: 2	EN: 542 ZS: 14 SZH:80,8 TZS: 3 CK: 8,7 FH: 22,2 SÓ: 2	EN: 789 ZS: 32,1 SZH:83,8 TZS: 13,4 CK: 18,1 FH:34,9 SÓ: 1,8	EN: 798 ZS: 30,3 SZH:101,7 TZS: 6,2 CK: 18 FH: 24,2 SÓ: 3,2	EN: 885 ZS: 26,4 SZH: 116,2 TZS: 3 CK: 27,8 FH: 36,7 SÓ: 2,8	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:

UZSONNA

Majonéz tojáskrém Félbarna kenyér Póréhagyma	Trappista sajszelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika	Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Retek	Kockasajt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,10	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:244 ZS: 6 SZH:36,6 TZS: 1,3 CK:2,9 FH: 7,4 SÓ: 1,2	EN: 274 ZS: 10,6 SZH:31,3 TZS: 5,9 CK: 0,5 FH: 11,7 SÓ: 2	EN: 193 ZS: 5,7 SZH:28,1 TZS: 0,8 CK: 0,4 FH:7,7 SÓ: 1,3	EN: 246 ZS: 7 SZH:33,5 TZS: 1,9 CK: 0,5 FH: 8,5 SÓ: 1,8	EN: 203 ZS: 6,6 SZH: 27,9 TZS: 4 CK: 2,1 FH: 7 SÓ: 1,2	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: 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. 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.

Füzesabony

Általános Iskola Alsó Tagozat

2021. 09. 06.–2021. 09. 12.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tea Sajtkrém Kifli	Tej Mogyorós krém Félbarna kenyér	Tejeskávé Kuglóf	Tea Zöldfűszeres túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér	Tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika		
<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,6,7,8	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:213 ZS: 4,4 TZS: 2,4 FH: 7,8 SZH:34,6 CK:9,2 SÓ: 0,8	EN: 359 ZS: 9,4 TZS: 5,1 FH: 10,8 SZH:52,9 CK: 21,2 SÓ: 1,3	EN: 348 ZS: 7,6 TZS: 4,3 FH:10,5 SZH:55,9 CK: 28,3 SÓ: 0,6	EN: 243 ZS: 3,9 TZS: 2,3 FH: 9,8 SZH:39,2 CK: 7,9 SÓ: 0,9	EN: 248 ZS: 5,3 TZS: 1,5 FH: 7,6 SZH: 38,9 CK: 7,7 SÓ: 1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Frankfurti leves Ízes derelye Fahéjas szórát Szilva	Olasz zöldségleves Dinó szelet Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Almalé 100%-os Bácskai rizses hús Csemege uborka édesítőszerrel	Húsleves Főtt sertés szelet Gyümölcsmártás Pirított dara	Újhagymás burgonyakrém leves Pirított magvak Bolognai halragu Spagetti Reszelt sajt		
<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,12	<u>Allergének:</u> 1,7,9	<u>Allergének:</u> 10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,4,7,9,11,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:1103 ZS: 20,6 TZS: 4,7 FH: 25,9 SZH:148,3 CK:48 SÓ: 2,3	EN: 611 ZS: 21,2 TZS: 3,5 FH: 22,7 SZH:78,4 CK: 9,8 SÓ: 2,5	EN: 556 ZS: 21,7 TZS: 5,5 FH:17,3 SZH:71,6 CK: 24,1 SÓ: 1,2	EN: 547 ZS: 20 TZS: 6,2 FH: 20,9 SZH:68,5 CK: 16,5 SÓ: 1	EN: 597 ZS: 25,7 TZS: 7,2 FH: 27,2 SZH: 61,3 CK: 10,9 SÓ: 3,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma	Paprikás szalámi Margarin Zsemle Retek	Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Eidami sajt Margarin Császárszemle Kígyóuborka	Túró desszert Alma		
<u>Allergének:</u> 1,6,10	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 6,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:258 ZS: 9,4 TZS: 0,2 FH: 8,9 SZH:32,6 CK:0,5 SÓ: 1,4	EN: 251 ZS: 9,8 TZS: 3,4 FH: 8,2 SZH:30,7 CK: 0,7 SÓ: 1,4	EN: 243 ZS: 7,5 TZS: 2,5 FH:8,7 SZH:32,3 CK: 0,5 SÓ: 1,6	EN: 276 ZS: 12 TZS: 6,8 FH: 12,5 SZH:30,3 CK: 1,6 SÓ: 1,2	EN: 119 ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH: 1,9 SZH: 17,4 CK: 16,3 SÓ: 0	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. 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.

Füzesabony

Általános Iskola Alsó Tagozat

2021. 09. 13.–2021. 09. 19.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Kakaós tej Margarin Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:307 ZS: 6,1 TZS: 2,8 FH: 10,6 SZH:48,4 CK:22,3 SÓ: 0,9</p>	<p>Tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 333 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,2 SZH:57,4 CK: 26,1 SÓ: 1,4</p>	<p>Tea Tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,6,10,12</p> <p>EN: 273 ZS: 8,7 TZS: 3,9 FH:9,1 SZH:38,3 CK: 7,7 SÓ: 1</p>	<p>Tej Lekváros táska</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 286 ZS: 10,7 TZS: 5,7 FH: 8,9 SZH:34,8 CK: 19,6 SÓ: 0,5</p>	<p>Tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 250 ZS: 5 TZS: 2,2 FH: 7,1 SZH: 40,4 CK: 9,9 SÓ: 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>Köménymagleves Pirított zsemlekocka Kukoricás csirkeragu Párolt rizs Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:625 ZS: 21,1 TZS: 3,2 FH: 23,3 SZH:84 CK:9,4 SÓ: 1,6</p>	<p>Kertészleves Húsgombóc Paradicsommártás Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 589 ZS: 18,9 TZS: 4,9 FH: 21,3 SZH:79,5 CK: 16,6 SÓ: 2,6</p>	<p>Gulyásleves sertéshússal Kakaós piskóta Vaníliás öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,8,9,12</p> <p>EN: 852 ZS: 28,3 TZS: 9,6 FH:25,1 SZH:121,2 CK: 42,7 SÓ: 1</p>	<p>Daragaluska leves Füstölt főtt tarja Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10</p> <p>EN: 677 ZS: 24 TZS: 8,2 FH: 34,5 SZH:87,2 CK: 7,6 SÓ: 3,3</p>	<p>Erdei gyümölcsleves Csirkepaprikás Szarvacska tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 550 ZS: 14,6 TZS: 3,3 FH: 24,2 SZH: 77,8 CK: 26,4 SÓ: 2,2</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 vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Réphasáb</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:256 ZS: 9,8 TZS: 5,6 FH: 6 SZH:34 CK:1,4 SÓ: 1,4</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Szezámagos zsemle Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,11</p> <p>EN: 203 ZS: 4,7 TZS: 1,1 FH: 9,9 SZH:27,9 CK: 0,6 SÓ: 1,1</p>	<p>Trappista sajszelet Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 271 ZS: 10,3 TZS: 5,7 FH:11,6 SZH:30,7 CK: 0,7 SÓ: 1,8</p>	<p>Füstölt baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 240 ZS: 7,9 TZS: 2,6 FH: 8 SZH:32,9 CK: 0,5 SÓ: 1,8</p>	<p>Müzli szelet Szilva</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,6,12</p> <p>EN: 137 ZS: 1,9 TZS: 0,8 FH: 1,7 SZH: 27,1 CK: 20,3 SÓ: 0,1</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>
--	--	--	--	--	--	--

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 munkatársaink! 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.

Füzesabony

Általános Iskola Alsó Tagozat

2021. 09. 20.–2021. 09. 26.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej
Teavaj
Foszlós kalács

Zabkása
Kakaós szórat

Tea
Reszelt sajt
Margarin
Szezámagos zsemle

Tea
Barackos túrókrém
Teljes kiőrlésű kenyér

Tea
Gépsonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,7

Allergének:
1,7,11,12

Allergének:
1,7,12

Allergének:
1,6,12

Allergének:

Allergének:

EN:362
ZS:15,4 TZS:8,5 FH:11,1
SZH:41,5 CK:16,7 SÓ:0,8

EN:410
ZS:7,2 TZS:2,6 FH:14,4
SZH:64,5 CK:35 SÓ:0,3

EN:292
ZS:11,9 TZS:6,2 FH:11,4
SZH:34,3 CK:7,9 SÓ:1,2

EN:252
ZS:3,2 TZS:1,8 FH:9,1
SZH:44,6 CK:13,4 SÓ:0,9

EN:231
ZS:4,5 TZS:1,2 FH:9
SZH:38,8 CK:7,8 SÓ:1,6

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Lebbensleves
Sertés pörkölt
Tökfőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Körte

Zöldborsóleves
Natúr sertés szelet
Rozsdás mártás
Tört burgonya
Káposztasaláta

Bakonyi betyárleves sertéshús
Darás metélt
Erdei gyümölcs öntet

Májgaluska leves
Főtt tojás
Parajmártás
Müzli szelet

Édes gyökekrém leves
Leves gyöngy
Rántott halfilé
Kukoricás rizs
Tartármártás

Allergének:
1,3,7,12

Allergének:
1,3,9,12

Allergének:
1,7,9,12

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:
1,3,4,7,9,10,12

Allergének:

Allergének:

EN:730
ZS:27,1 TZS:7,6 FH:21,9
SZH:92,7 CK:28,6 SÓ:3

EN:716
ZS:37,1 TZS:10,3 FH:26,4
SZH:63,8 CK:10,5 SÓ:3,2

EN:596
ZS:22,6 TZS:6,9 FH:21,3
SZH:73,2 CK:14 SÓ:0,3

EN:638
ZS:23,8 TZS:4,6 FH:24,3
SZH:74,4 CK:21,2 SÓ:1,9

EN:758
ZS:25 TZS:6,9 FH:28,9
SZH:100,3 CK:7,3 SÓ:2,9

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Sajtkrém
Kifli
Zöldpaprika

Kenőmájás
Teljes kiőrlésű kenyér
Lilahagyma

Csemege szalámi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóborka

Zala felvágott
Margarin
Zsemle
Retek

Sajtos rúd
Alma

Allergének:
1,7

Allergének:
1,6,10

Allergének:
1

Allergének:
1,6

Allergének:
1,3,7

Allergének:

Allergének:

EN:190
ZS:4,5 TZS:2,4 FH:8,1
SZH:28,3 CK:2 SÓ:0,8

EN:259
ZS:9,3 TZS:0,2 FH:8,6
SZH:33,5 CK:1,7 SÓ:1,4

EN:253
ZS:9,8 TZS:3,7 FH:8,2
SZH:31,2 CK:0,5 SÓ:1,5

EN:240
ZS:7 TZS:1,9 FH:8,5
SZH:31,5 CK:0,8 SÓ:1,4

EN:216
ZS:9,6 TZS:4,9 FH:4,3
SZH:27,3 CK:8,5 SÓ:1,4

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 munkatársaink! 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.

ÉTLAP

Füzesabony

Általános Iskola Alsó Tagozat

2021. 09. 27.–2021. 10. 03.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tej Gabonagolyó <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN:256 ZS: 4,6 TZS: 2,1 FH: 8,2 SZH:41,6 CK:23,6 SÓ: 0,4	Gyümölcsstea Főtt virsli Mustár Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,6,10,12 EN: 308 ZS: 10,3 TZS: 2,8 FH: 11 SZH:41,5 CK: 8,9 SÓ: 2,3	Karamellás tej Fatörzs kifli <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 307 ZS: 6,5 TZS: 3,5 FH:9,9 SZH:48,7 CK: 24,3 SÓ: 0,6	Gyümölcsstea Pritaminos sajtkrém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 228 ZS: 3,6 TZS: 2 FH: 7,5 SZH:39,7 CK: 8,4 SÓ: 1,2	Gyümölcsstea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12 EN: 249 ZS: 5 TZS: 2,2 FH: 7,1 SZH: 40,4 CK: 9,9 SÓ: 1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Csontleves Szezámmagos sertés fasírt Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,9,11 EN:847 ZS: 27,9 TZS: 6,7 FH: 36,2 SZH:102,2 CK:0,9 SÓ: 4	Meggyleves Szárnya paella Csemege uborka édesítőszerrel <u>Allergének:</u> 1,7,10,12 EN: 470 ZS: 7,6 TZS: 1,8 FH: 21,1 SZH:77,7 CK: 30,3 SÓ: 2,4	Kakukkfűves hagymakrém leves Kenyérkocka Bolognai sertés ragu Penne tészta Reszelt sajt <u>Allergének:</u> 1,7,9 EN: 746 ZS: 29,2 TZS: 9,6 FH:29,3 SZH:89,5 CK: 25,2 SÓ: 2,3	Tejfőlös zöldbableves Pincepörkölt Csalamádé Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12 EN: 627 ZS: 26,7 TZS: 6,9 FH: 22,5 SZH:66,3 CK: 2,1 SÓ: 3	Pestos zöldségleves Grill sertésszelet Rizibizi <u>Allergének:</u> 1,3,7,8,9,12 EN: 681 ZS: 30,5 TZS: 7,9 FH: 32,9 SZH: 67,4 CK: 2,3 SÓ: 1,7	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Vajkrém Félbarna kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7 EN:250 ZS: 9,5 TZS: 5,4 FH: 5,9 SZH:33,5 CK:1,4 SÓ: 1,5	Trappista sajtzelet Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Retek <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 252 ZS: 10,3 TZS: 5,9 FH: 11,1 SZH:27,3 CK: 0,4 SÓ: 1,8	Füstölt baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1 EN: 239 ZS: 8,2 TZS: 2,7 FH:8,1 SZH:31,6 CK: 0,5 SÓ: 1,5	Olasz felvágott Margarin Császárszemle Saláta levél <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 255 ZS: 9,7 TZS: 3,4 FH: 8,4 SZH:30,8 CK: 1,7 SÓ: 1,4	keksz Szilva <u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8 EN: 285 ZS: 8,9 TZS: 4,1 FH: 4,6 SZH: 43,9 CK: 23,9 SÓ: 0,2	<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. 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.