

VESZPRÉM

Általános Iskola
Felső tagozat

2021.08.30.–2021.09.05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Eper ízű tej Briós	Gyümölcsstea Majonézos tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Réphasáb	Gyümölcsstea Vaníliás krémtúró Zsemle	Tej Sajtos kifli	Gyümölcsstea Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kígyóborka		
<u>Allergének:</u> 1,3,6,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:308 ZS: 7 SZH:48,1 TZS: 3,9 CK:23,7 FH: 10,1 SÓ: 0,6	EN: 265 ZS: 6,3 SZH:41,2 TZS: 1,4 CK: 8,3 FH: 7,2 SÓ: 1,1	EN: 248 ZS: 3,6 SZH:41,3 TZS: 2,1 CK: 10,8 FH:9,7 SÓ: 0,7	EN: 226 ZS: 4,5 SZH:100,7 TZS: 2,6 CK: 9,9 FH: 9,4 SÓ: 0,7	EN: 217 ZS: 4,3 SZH: 34,7 TZS: 1,4 CK: 7,5 FH: 8,7 SÓ: 1,3	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:

EBÉD

Tarhonyaleves Rakott karfiol Teljes kiőrlésű kenyér	Babgulyás sertéshússal Sajtos tejfőlés tészta Nektarin	Zellerkrémleves Pirított zsemlekocka Édes-savanyú csirkecsíkok Párolt rizs	Tavaszi leves Fokhagymás sertés aprópecsenye Magyaros burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Cseresznyés kevert sütemény	Paradicsomleves Rántott sertés szelet Zöldséges bulgur Vegyes saláta		
<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,6,7,9,11,12	<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: 759 ZS: 32,9 SZH:74,5 TZS: 14,5 CK: 17,7 FH: 34,4 SÓ: 1,9	EN: 591 ZS: 14,7 SZH:88 TZS: 3,2 CK: 9,6 FH:25,4 SÓ: 2	EN: 813 ZS: 31,5 SZH:100,7 TZS: 6,9 CK: 18,3 FH: 26 SÓ: 4	EN: 954 ZS: 28,9 SZH: 127 TZS: 4,6 CK: 29 FH: 36,5 SÓ: 2,7	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:

UZSONNA

Zöldfűszeres vajkrém Félbarna kenyér Póréhagyma	Baromfi párizsi Margarin Zsemle Zöldpaprika	Trappista sajtszelet Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kígyóborka	Zala felvágott Margarin Búzakorpás diákrúd Jégcsapretek	Kockasajt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:230 ZS: 6,5 SZH:34,8 TZS: 3,9 CK:1,2 FH: 6,5 SÓ: 1,3	EN: 210 ZS: 5,7 SZH:31,3 TZS: 0,7 CK: 0,7 FH: 8,2 SÓ: 1,4	EN: 251 ZS: 10,3 SZH:27,2 TZS: 5,9 CK: 0,4 FH:11,1 SÓ: 1,7	EN: 235 ZS: 8,1 SZH:29 TZS: 2,7 CK: 1,4 FH: 8,7 SÓ: 1,5	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. 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 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 étel fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

VESZPRÉM

Általános Iskola
Felső tagozat

2021.09.06.–2021.09.12.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tea Snidlinges sajtkrém Kifli	Tej Mogyorós krém Félbarna kenyér	Tejeskávé Kakaós kalács	Tea Zöldfűszeres túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér	Tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika		
<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,6,7,8	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:216 ZS: 4,3 TZS: 2,4 FH: 6,9 SZH:36,4 CK:9,5 SÓ: 1	EN: 359 ZS: 9,4 TZS: 5,1 FH: 10,8 SZH:52,9 CK: 21,2 SÓ: 1,3	EN: 343 ZS: 7,2 TZS: 3,8 FH:10,8 SZH:54,7 CK: 24,2 SÓ: 0,7	EN: 243 ZS: 3,9 TZS: 2,3 FH: 9,8 SZH:39,2 CK: 7,9 SÓ: 0,9	EN: 224 ZS: 5 TZS: 1,5 FH: 7 SZH: 34,8 CK: 7,6 SÓ: 0,8	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Húsleves Főtt sertés szelet Gyümölcsmártás Pírtott dara	Minestrone leves Dinó szelet Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Almaleves Bácskai rizses hús Csemege uborka	Frankfurti leves Ízes derelye Fahéjas szórát Szilva	Újghagmás burgonyakrémleves Paradicsomos tonhalas penne Reszelt sajt		
<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7,9	<u>Allergének:</u> 1,7,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,12	<u>Allergének:</u> 1,4,6,7,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:588 ZS: 21,9 TZS: 6,9 FH: 23,1 SZH:72,2 CK:16,5 SÓ: 1	EN: 676 ZS: 23,2 TZS: 3,7 FH: 25 SZH:87,6 CK: 11,9 SÓ: 2,8	EN: 695 ZS: 27,1 TZS: 7,2 FH:22,4 SZH:89 CK: 23,1 SÓ: 1,5	EN: 1127 ZS: 20,7 TZS: 4,7 FH: 26 SZH:153,9 CK: 53,4 SÓ: 2,3	EN: 673 ZS: 21,6 TZS: 7,3 FH: 47,5 SZH: 71,3 CK: 7,7 SÓ: 1,4	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma	Paprikás szalámi Margarin Szezámagos zsemle Retek	Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kifli Zöldpaprika	Edami sajt Margarin Császárszsemle Kigyóuborka	Túró desszert Alma		
<u>Allergének:</u> 1,6,10	<u>Allergének:</u> 1,11	<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: 250 ZS: 11,5 TZS: 3,9 FH: 8,3 SZH:28 CK: 0,6 SÓ: 1,3	EN: 199 ZS: 7,4 TZS: 2,5 FH:8 SZH:22,4 CK: 0,3 SÓ: 1,3	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. 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. 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.

VESZPRÉM

Általános Iskola
Felső tagozat

2021.09.13.–2021.09.19.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Kakaós tej
Margarin
Kifli

Allergének:
1,7

EN:307
ZS: 6,1 TZS: 2,8 FH: 10,6
SZH:48,4 CK:22,3 SÓ: 0,9

Tej
Méz
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN: 333
ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,2
SZH:57,4 CK: 26,1 SÓ: 1,4

Tea
Majonézes tonhalkrém
Teljes kiőrlésű kifli

Allergének:
1,3,4,6,10,12

EN: 224
ZS: 7,3 TZS: 0,9 FH:8,4
SZH:29,6 CK: 8,3 SÓ: 0,9

Tej
Fatörzs kifli

Allergének:
1,3,7

EN: 265
ZS: 6,5 TZS: 3,5 FH: 9,9
SZH:37,7 CK: 13,4 SÓ: 0,6

Tea
Tojáskrém
Teljes kiőrlésű zsemle

Allergének:
1,3,7,10,12

EN: 219
ZS: 4,8 TZS: 2,2 FH: 6,4
SZH: 34,3 CK: 8 SÓ: 0,8

EN:

ZS:

TZS:

FH:

SZH:

CK:

SÓ:

EN:

ZS:

TZS:

FH:

SZH:

CK:

SÓ:

EBÉD

Köménymaglevés
Pírtott zsemlekocka
Kukoricás csirkeragu
Párolt rizs
Szőlő

Allergének:
1,7

EN:741
ZS: 22,8 TZS: 3,5 FH: 27,1
SZH:104,6 CK:22,8 SÓ: 1,7

Kertészleves
Paradicsomos húsgombóc
Főtt burgonya
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,9,12

EN: 608
ZS: 19 TZS: 4,9 FH: 22,1
SZH:83 CK: 18,1 SÓ: 2,7

Gulyásleves sertéshússal
Aranygaluska
Vaníliás öntet

Allergének:
1,3,6,7,8,9,12

EN: 955
ZS: 31,2 TZS: 10,6 FH:27,2
SZH:138,3 CK: 48,4 SÓ: 1,2

Daragaluska leves
Füstölt főtt tarja
Sárgaborsó főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,9

EN: 628
ZS: 21,3 TZS: 8,1 FH: 33,4
SZH:80,2 CK: 0,5 SÓ: 3,4

Görög gyümölcsleves
Sertéspörkölt
Szarvacskas teszta
Káposztasaláta

Allergének:
1,7,12

EN: 750
ZS: 26,5 TZS: 6,8 FH: 26,6
SZH: 100,1 CK: 40,4 SÓ: 2,1

EN:

ZS:

TZS:

FH:

SZH:

CK:

SÓ:

EN:

ZS:

TZS:

FH:

SZH:

CK:

SÓ:

UZSONNA

Magyar vajkrém
Teljes kiőrlésű zsemle
Répahasáb

Allergének:
1,7

EN:233
ZS: 9,6 TZS: 5,6 FH: 5,4
SZH:29,9 CK:1,3 SÓ: 1,2

Csirkemell sonka
Margarin
Szezámagos zsemle
Kígyóuborka

Allergének:
1,11

EN: 203
ZS: 4,7 TZS: 1,1 FH: 9,9
SZH:27,9 CK: 0,6 SÓ: 1,1

Trappista sajt szelet
Margarin
Zsemle
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN: 271
ZS: 10,3 TZS: 5,7 FH:11,6
SZH:30,7 CK: 0,7 SÓ: 1,8

Baromfi párizsi
Margarin
Félbarna kenyér
Retek

Allergének:
1,6

EN: 215
ZS: 5,6 TZS: 0,7 FH: 8,2
SZH:33 CK: 0,5 SÓ: 1,8

Müzli szelet
Szilva

Allergének:
1,5,6,12

EN: 148
ZS: 1,9 TZS: 0,8 FH: 1,9
SZH: 29,7 CK: 23 SÓ: 0,1

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. Szezámag; 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 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.

VESZPRÉM

Általános Iskola
Felső tagozat

2021.09.20.–2021.09.26.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Vaníliás tej
Teavaj
Foszlós kalács

Allergének:
1,3,7

EN:412
ZS: 15,4 TZS: 8,5 FH: 11,1
SZH:54,3 CK:27,7 SÓ: 0,8

Tej
Sárgabarack extra dzsem
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN: 325
ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,3
SZH:53,6 CK: 22,3 SÓ: 1,3

Tea
Reszelt sajt
Margarin
Szezámmagos zsemle

Allergének:
1,7,11,12

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

Tea
Barackos túrókrém
Teljes kiőrlésű kifli

Allergének:
1,7,12

EN: 208
ZS: 3,1 TZS: 1,8 FH: 8,4
SZH:34,7 CK: 13,2 SÓ: 0,6

Tea
Gépsonka
Kockasajt
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,6,7,12

EN: 281
ZS: 8,2 TZS: 4,4 FH: 11,7
SZH: 40,1 CK: 8,8 SÓ: 2,2

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Lebbencsleves
Székelykáposzta
Teljes kiőrlésű kenyér
Körte

Allergének:
1,7,12

EN:675
ZS: 30 TZS: 10 FH: 23,2
SZH:71,6 CK:23,6 SÓ: 4

Zöldborsóleves
Rozsdás sertés szelet
Tört burgonya
Sárgarépa káposztasaláta

Allergének:
1,3,9,12

EN: 816
ZS: 43,4 TZS: 11,6 FH: 28,9
SZH:71,3 CK: 12,7 SÓ: 3,4

Bakonyi betyárleves
sertéshússal
Darás metélt
Eper öntet

Allergének:
1,7,9,12

EN: 732
ZS: 24,7 TZS: 7,1 FH:23,6
SZH:100,6 CK: 27,2 SÓ: 0,3

Májgaluska leves
Főtt tojás
Sóskamártás
Főtt burgonya
Kakaós kevert sütemény

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 661
ZS: 21 TZS: 4,7 FH: 23,3
SZH:85,8 CK: 31,5 SÓ: 1,8

Édes gyökérkrémleves
Leves gyöngy
Rántott halfilé
Kukoricás rizs
Tartármártás

Allergének:
1,3,4,7,9,10,12

EN: 821
ZS: 26,3 TZS: 7,1 FH: 32
SZH: 110,1 CK: 7,3 SÓ: 3

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Sajtkrém
Kifli
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

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

Kenőmájás
Teljes kiőrlésű zsemle
Lilahagyma

Allergének:
1,6,10

EN: 236
ZS: 9,1 TZS: 0,2 FH: 7,9
SZH:29,4 CK: 1,6 SÓ: 1,1

Csemege szalámi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóuborka

Allergének:
1

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

Zala felvágott
Margarin
Zsemle
Retek

Allergének:
1,6

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

Alma
Sajtos kifli

Allergének:
1,7

EN: 163
ZS: 1,5 TZS: 0,8 FH: 4,1
SZH: 32,3 CK: 9,1 SÓ: 0,5

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. 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 elnézsedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számitott 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.

VESZPRÉM

Általános Iskola
Felső tagozat

2021.09.27.–2021.10.03.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej
Gabonagolyó

Gyümölcsstea
Hot-dog

Karamellás tej
Fatörzs kifli

Gyümölcsstea
Pritaminos sajtkrém
Félbarna kenyér

Gyümölcsstea
Tojáskrém
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1,6,10,12

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,7,12

Allergének:
1,3,7,10,12

Allergének:

Allergének:

EN:256
ZS: 4,6 TZS: 2,1 FH: 8,2
SZH:41,6 CK:23,6 SÓ: 0,4

EN: 319
ZS: 10,6 TZS: 3,1 FH: 12
SZH:44 CK: 8,5 SÓ:1,6

EN: 307
ZS: 6,5 TZS: 3,5 FH:9,9
SZH:48,7 CK: 24,3 SÓ: 0,6

EN: 228
ZS: 3,6 TZS: 2 FH: 7,5
SZH:39,7 CK: 8,4 SÓ: 1,2

EN: 242
ZS: 5 TZS: 2,2 FH: 7,1
SZH: 38,4 CK: 8,1 SÓ: 1

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Meggyleves
Szárnyas paella
Csemege uborka

Kakukkfűves
hagymakrémeleves
Pírtott zsemlecocka
Bolognai spagetti
Reszelt sajt
Szilva

Tejfölös zöldbableves
Pincepörkölt
Házi csalamádé
Teljes kiőrlésű kenyér

Csontleves
Szezámagos sertés fasírt
Lencsefőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Pestos zöldségleves
Sertésszelet lilahagymás
sajtkrémmel
Rizibizi
Cékla savanyúság

Allergének:
1,7,10,12

Allergének:
1,7,9

Allergének:
1,7,12

Allergének:
1,3,7,9,10,11

Allergének:
1,3,7,8,9,10,12

Allergének:

Allergének:

EN:548
ZS: 9,3 TZS: 2,1 FH: 25
SZH:89,5 CK:33,1 SÓ: 2,7

EN: 760
ZS: 32,6 TZS: 11,2 FH: 31,1
SZH:83,7 CK: 28,9 SÓ: 3,2

EN: 737
ZS: 31,1 TZS: 7,9 FH:26
SZH:79,9 CK: 8,5 SÓ: 1,8

EN: 911
ZS: 32,4 TZS: 7,9 FH: 39,3
SZH:109,3 CK: 7,9 SÓ: 4

EN: 786
ZS: 33,9 TZS: 8,9 FH: 37,1
SZH: 81,7 CK: 8 SÓ: 3,1

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Vajkrém
Teljes kiőrlésű kifli
Zöldpaprika

Trappista sajtzelet
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle
Retek

Füstölt baromfi párizsi
Margarin
Félbarna kenyér
Kígyóuborka

Olasz felvágott
Margarin
Császárszemesle
Saláta levél

Mese fit Detki keksz
Körte

Allergének:
1,7

Allergének:
1,7

Allergének:
1

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1,5,6,7,8

Allergének:

Allergének:

EN:206
ZS: 9,7 TZS: 5,6 FH: 5,3
SZH:22,5 CK:1,2 SÓ: 1,1

EN: 252
ZS: 10,3 TZS: 5,9 FH: 11,1
SZH:27,3 CK: 0,4 SÓ: 1,8

EN: 239
ZS: 7,9 TZS: 2,6 FH:8
SZH:32,7 CK: 0,5 SÓ: 1,7

EN: 255
ZS: 9,7 TZS: 3,4 FH: 8,4
SZH:30,8 CK: 1,7 SÓ: 1,4

EN: 307
ZS: 8,9 TZS: 4,1 FH: 4,3
SZH: 50,4 CK: 30,3 SÓ: 0,2

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 érdeklődő 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.