

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Dunakeszi

Általános iskola felső tagozat

2021. 08. 30.–2021. 09. 05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

			Tej Briós	Tej Sajtos stangli	Gyümölcs tea Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka		
<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>	
EN:		EN: 267		EN: 406	EN: 240	EN:	EN:
ZS:	TZS: FH:	ZS: 7 TZS: 3,9 FH:10,1		ZS: 6,9 TZS: 4,2 FH: 15,5	ZS: 4,5 TZS: 1,4 FH: 9,3	ZS:	ZS: TZS: FH:
SZH:	CK: SÓ:	SZH:37,7 CK: 13,5 SÓ: 0,6		SZH:67,2 CK: 12,3 SÓ: 1,3	SZH: 38,8 CK: 7,6 SÓ: 1,6	SZH:	SZH: CK: SÓ:

EBÉD

		Zellerkrémleves Pirított zsemlekocka Édes-savanyú csirkecsikok Párolt rizs	Tavaszi leves Zöldbabfőzelék Fokhagymás sertés aprópecsenye Teljes kiőrlésű kenyér Meggyes rétes	Paradicsomleves Rántott sertés szelet Vajás burgonya Vitaminsaláta			
<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>	
EN:		EN: 611	EN: 855	EN: 879	EN:	EN:	
ZS:	TZS: FH:	ZS: 14,8 TZS: 3,2 FH:26,7	ZS: 39,9 TZS: 12,7 FH: 26,5	ZS: 27,7 TZS: 6,4 FH: 33,6	ZS:	ZS: TZS: FH:	
SZH:	CK: SÓ:	SZH:91,9 CK: 13,8 SÓ: 2	SZH:93,6 CK: 24,1 SÓ: 3,7	SZH: 119 CK: 28,3 SÓ: 1,8	SZH:	SZH: CK: SÓ:	

UZSONNA

		Trappista sajszelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Paradicsom	Kockasajt Kifli			
<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>	
EN:		EN: 274	EN: 249	EN: 203	EN:	EN:	
ZS:	TZS: FH:	ZS: 10,6 TZS: 5,9 FH:11,7	ZS: 7 TZS: 1,9 FH: 8,4	ZS: 6,6 TZS: 4 FH: 7	ZS:	ZS: TZS: FH:	
SZH:	CK: SÓ:	SZH:31,3 CK: 0,5 SÓ: 2	SZH:34 CK: 0,5 SÓ: 1,8	SZH: 27,9 CK: 2,1 SÓ: 1,2	SZH:	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 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.



ÉTLAP

Dunakeszi

Általános iskola felső tagozat

2021. 09. 06.–2021. 09. 12.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tea Sajtkrém Kifli <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN:213 ZS: 4,4 TZS: 2,4 FH: 7,8 SZH:34,6 CK:9,2 SÓ: 0,8	Tej Mogyorós krém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,6,7,8 EN: 359 ZS: 9,4 TZS: 5,1 FH: 10,8 SZH:52,9 CK: 21,2 SÓ: 1,3	Tejeskávé Kuglóf <u>Allergének:</u> 1,3,6,7 EN: 348 ZS: 7,6 TZS: 4,3 FH:10,5 SZH:55,9 CK: 28,3 SÓ: 0,6	Tea Zöldfűszeres túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 243 ZS: 3,9 TZS: 2,3 FH: 9,8 SZH:39,2 CK: 7,9 SÓ: 0,9	Tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,3,12 EN: 248 ZS: 5,3 TZS: 1,5 FH: 7,6 SZH: 38,9 CK: 7,7 SÓ: 1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Frankfurti leves Ízes derelye Fahéjas szórát Szilva <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,12 EN:1127 ZS: 20,7 TZS: 4,7 FH: 26 SZH:153,9 CK:53,4 SÓ: 2,3	Minestrone leves Dinó szelet Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,9 EN: 671 ZS: 23,2 TZS: 3,7 FH: 24,6 SZH:86,7 CK: 11,9 SÓ: 2,7	Almalé 100%-os Bácskai rizses hús Csemege uborka édesítőszerrel <u>Allergének:</u> 10,12 EN: 608 ZS: 24,9 TZS: 7,7 FH:20,7 SZH:73,2 CK: 25,4 SÓ: 1,8	Húsleves Főtt sertés szelet Gyümölcsmártás Főtt burgonya <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 473 ZS: 18 TZS: 6,3 FH: 21,1 SZH:53,4 CK: 20,4 SÓ: 1	Újhagymás burgonyakrémleves Leves gyöngy Rántott halfilé Párolt zöldség Tartármártás <u>Allergének:</u> 1,3,4,7,10,12 EN: 715 ZS: 33,2 TZS: 8,3 FH: 24,6 SZH: 74,2 CK: 14,6 SÓ: 1,7	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma <u>Allergének:</u> 1,6,10 EN:259 ZS: 9,3 TZS: 0,2 FH: 8,6 SZH:33,5 CK:1,7 SÓ: 1,4	Paprikás szalámi Margarin Zsemle Paradicsom <u>Allergének:</u> 1 EN: 254 ZS: 9,8 TZS: 3,4 FH: 8,1 SZH:31,2 CK: 0,7 SÓ: 1,3	Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,6 EN: 243 ZS: 7,5 TZS: 2,5 FH:8,7 SZH:32,3 CK: 0,5 SÓ: 1,6	Edami sajt Margarin Császárszemle Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 276 ZS: 12 TZS: 6,8 FH: 12,5 SZH:30,3 CK: 1,6 SÓ: 1,2	Gyümölcs joghurt Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 250 ZS: 4,3 TZS: 2,5 FH: 7,5 SZH: 44 CK: 16,1 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 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.

Dunakeszi

Általános iskola felső 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 Kakaós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 297 ZS: 7,1 TZS: 3,8 FH: 10,7 SZH:43,4 CK: 14,2 SÓ: 0,7</p>	<p>Tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 242 ZS: 5 TZS: 2,2 FH: 7,1 SZH: 38,4 CK: 8,1 SÓ: 1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
---	--	--	---	---	---	---

EBÉD

<p>Köménymaglevés Pirított zsemlekocka Kukoricás csirkeragu Párolt rizs Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:711 ZS: 19,6 TZS: 2,9 FH: 27,8 SZH:103,4 CK:20,2 SÓ: 1,8</p>	<p>Kertészleves Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 620 ZS: 17,2 TZS: 4,7 FH: 22,8 SZH:89,2 CK: 22,6 SÓ: 2,9</p>	<p>Gulyásleves sertéshússal Aranygaluska Vaníliás öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,8,9,12</p> <p>EN: 955 ZS: 31,2 TZS: 10,6 FH:27,2 SZH:138,3 CK: 48,4 SÓ: 1,2</p>	<p>Daragaluska leves Sárgaborsó főzelék Füstölt főtt tarja Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9</p> <p>EN: 628 ZS: 21,3 TZS: 8,1 FH: 33,4 SZH:80,2 CK: 0,5 SÓ: 3,4</p>	<p>Görög gyümölcsleves Sertéspörkölt Szarvacská tészta Káposztasaláta édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 772 ZS: 26,4 TZS: 6,8 FH: 26,2 SZH: 93 CK: 36,6 SÓ: 3,5</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
--	--	---	--	---	---	---

UZSONNA

<p>Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:251 ZS: 9,8 TZS: 5,6 FH: 5,9 SZH:32,8 CK:1,4 SÓ: 1,3</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Szezámagos zsemle Kígyóborka</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>Baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 214 ZS: 5,6 TZS: 0,7 FH: 8,2 SZH:32,9 CK: 0,5 SÓ: 1,8</p>	<p>Lekváros táska Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 270 ZS: 7,7 TZS: 3,9 FH: 3,7 SZH: 44,8 CK: 29,6 SÓ: 0,3</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. 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) megtekinthető.

ÉTLAP

Dunakeszi

Általános iskola felső tagozat

2021. 09. 20.–2021. 09. 26.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Teavaj Foszlós kalács	Tej Gabonapehely	Tea Reszelt sajt Margarin Szezámagos zsemle	Tea Barackos túrókrém Zsúrkenyér	Tea Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér		
<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,7,11,12	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,6,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:362 ZS:15,4 TZS:8,5 FH:11,1 SZH:41,5 CK:16,7 SÓ:0,8	EN:256 ZS:4,7 TZS:2,2 FH:8,3 SZH:41,2 CK:23,2 SÓ:0,4	EN:292 ZS:11,9 TZS:6,2 FH:11,4 SZH:34,3 CK:7,9 SÓ:1,2	EN:257 ZS:3,6 TZS:2,2 FH:9 SZH:45,7 CK:14,2 SÓ:0,7	EN:231 ZS:4,5 TZS:1,2 FH:9 SZH:38,8 CK:7,8 SÓ:1,6	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

EBÉD

Lebbencsleves Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér Alma	Zöldborsóleves Natúr sertés szelet Rozsdás mártás Tört burgonya Káposztasaláta	Bakonyi betyárleves sertéshússal Darás metélt Gyümölcs öntet	Májgaluska leves Főtt tojás Parajmártás Főtt burgonya fél adag Csokis croissant	Édesgyökér krémleves Leves gyöngy Rántott halfilé Kukoricás rizs Tartármártás		
<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,9,12	<u>Allergének:</u> 1,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:629 ZS:30 TZS:10 FH:23,1 SZH:60,8 CK:12,8 SÓ:4,9	EN:784 ZS:40,7 TZS:11,3 FH:29 SZH:69,6 CK:11,7 SÓ:3,3	EN:709 ZS:24,8 TZS:7,2 FH:23,7 SZH:94,1 CK:16,4 SÓ:0,3	EN:684 ZS:26,2 TZS:8 FH:24,7 SZH:78,5 CK:16,1 SÓ:1,3	EN:821 ZS:26,3 TZS:7,1 FH:32 SZH:110,1 CK:7,3 SÓ:3	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

UZSONNA

Sajtkrém Kifli Zöldpaprika	Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma	Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Paradicsom	Sajtos rúd Alma		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6,10	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
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:226 ZS:7,1 TZS:2,1 FH:7,9 SZH:28,8 CK:0,5 SÓ:1,3	EN:216 ZS:9,6 TZS:4,9 FH:4,3 SZH:27,3 CK:8,5 SÓ:1,4	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

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) megtekinthető.

Dunakeszi

Általános iskola felső tagozat

2021. 09. 27.–2021. 10. 03.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Gabonagolyó	Gyümölcs tea Főtt virsli Mustár Félbarna kenyér	Vaníliás tej Fatörzs kifli	Gyümölcs tea Pritaminos sajtkrém Félbarna kenyér	Gyümölcs tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér		
<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,6,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:256 ZS: 4,6 TZS: 2,1 FH: 8,2 SZH:41,6 CK:23,6 SÓ: 0,4	EN: 308 ZS: 10,3 TZS: 2,8 FH: 11 SZH:41,5 CK: 8,9 SÓ: 2,3	EN: 315 ZS: 6,5 TZS: 3,5 FH:9,9 SZH:50,5 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 édesítőszerrel	Kakukkfűves hagymakrémleves Pirított zsemlekocka Bolognai sertés ragu Makaróni tészta Reszelt sajt Szilva	Tejfőlés zöldbableves Pincepörkölt Házi csalamádé Teljes kiőrlésű kenyér	Csontleves Szezámmagos sertés fasírt Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Pestos zöldségleves Sertésszelet lilahagymás sajtkrémmel Rizibizi		
<u>Allergének:</u> 1,7,10,12	<u>Allergének:</u> 1,7,9	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,11	<u>Allergének:</u> 1,3,7,8,9,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:554 ZS: 10,6 TZS: 2,3 FH: 26 SZH:86,9 CK:31,8 SÓ: 1,8	EN: 848 ZS: 34,7 TZS: 11,5 FH: 33,9 SZH:98,3 CK: 29,8 SÓ: 3,4	EN: 763 ZS: 31,2 TZS: 7,9 FH:26,7 SZH:85 CK: 8,6 SÓ: 2	EN: 937 ZS: 32,5 TZS: 7,9 FH: 40,1 SZH:114,4 CK: 8 SÓ: 4,2	EN: 754 ZS: 33,8 TZS: 8,9 FH: 36,8 SZH: 74,5 CK: 2,6 SÓ: 1,7	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Trappista sajtzelet Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Paradicsom	Füstölt baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Olasz felvágott Margarin Császárszemle Kígyóuborka	Mese fit Detki keksz Narancs		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:250 ZS: 9,8 TZS: 5,6 FH: 6 SZH:32,5 CK:1,4 SÓ: 1,3	EN: 255 ZS: 10,4 TZS: 5,9 FH: 11,1 SZH:27,8 CK: 0,4 SÓ: 1,7	EN: 242 ZS: 8,2 TZS: 2,7 FH:8,2 SZH:32 CK: 0,5 SÓ: 1,5	EN: 256 ZS: 9,7 TZS: 3,4 FH: 8,5 SZH:31 CK: 1,7 SÓ: 1,4	EN: 285 ZS: 8,9 TZS: 4,1 FH: 4,6 SZH: 43,9 CK: 23,9 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. 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.