

## Nyíregyháza

## Általános iskola- felsős

2021. 09. 27.–2021. 10. 03.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	<p>Tej Méz Teavaj Búzakorpás diákrúd</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:360 ZS:10,8 TZS:6,6 FH:10,4 SZH:53 CK:27 SÓ:1</p>	<p>Gyümölcs tea Főtt virsli Mustár Hosszú zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10,12</p> <p>EN: 319 ZS:10,6 TZS:3,1 FH:12 SZH:44 CK:8,5 SÓ:2</p>	<p>Vaníliás tej Fatörzs kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 315 ZS:6,5 TZS:3,5 FH:9,9 SZH:50,5 CK:24,3 SÓ:0,6</p>	<p>Gyümölcs tea Sajtkrém Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 238 ZS:4,1 TZS:2,2 FH:8,2 SZH:40,6 CK:8,5 SÓ:1,3</p>	<p>Tej Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 313 ZS:8,2 TZS:3,3 FH:13 SZH:40 CK:9,7 SÓ:1,3</p>		
<b>EBÉD</b>	<p>Meggyleves Kukorica morzsás csirkemell csíkok Zöldséges bulgur Vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:769 ZS:19,7 TZS:2,7 FH:22,2 SZH:115,1 CK:39 SÓ:2,4</p>	<p>Kakukkfűves hagymakrémleves Kenyérkocka Bolognai ragu Spagetti Reszelt sajt Szilva</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9</p> <p>EN: 762 ZS:33,1 TZS:11,3 FH:31,6 SZH:82,4 CK:26,4 SÓ:3,4</p>	<p>Tejfölös zöldbableves Pincepörkölt Házi csalamádé Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 746 ZS:31,7 TZS:8,3 FH:26,1 SZH:80,1 CK:8,7 SÓ:1,8</p>	<p>Csontleves Szezámmagos sertés fasírt Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Szőlő</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,11</p> <p>EN: 935 ZS:31,7 TZS:8,3 FH:39 SZH:116,3 CK:20,3 SÓ:3,8</p>	<p>Pesztós zöldségleves Sertésszelet lilahagymás sajtkrémmel Rizibizi</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,9,12</p> <p>EN: 754 ZS:33,8 TZS:8,9 FH:36,8 SZH:74,5 CK:2,6 SÓ:1,7</p>		
<b>UZSONNA</b>	<p>Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:250 ZS:9,8 TZS:5,6 FH:6 SZH:32,5 CK:1,4 SÓ:1,3</p>	<p>Trappista sajtzelet Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 252 ZS:10,3 TZS:5,9 FH:11,1 SZH:27,3 CK:0,4 SÓ:1,8</p>	<p>Füstölt baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 239 ZS:7,9 TZS:2,6 FH:8 SZH:32,7 CK:0,5 SÓ:1,7</p>	<p>Olasz felvágott Margarin Császárszemesle Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 255 ZS:9,7 TZS:3,4 FH:8,4 SZH:30,8 CK:1,7 SÓ:1,4</p>	<p>Mese fit Detki keksz Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8</p> <p>EN: 261 ZS:8,9 TZS:4,1 FH:4,1 SZH:39,6 CK:19,5 SÓ:0,2</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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételk 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.

Nyíregyháza

Általános iskola- felsős

2021. 10. 04.–2021. 10. 10.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:325 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,3 SZH:53,6 CK:22,3 SÓ: 1,4</p>	<p>Gyümölcs tea Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 239 ZS: 4,3 TZS: 2,4 FH: 8,3 SZH:39,8 CK: 8,5 SÓ: 1,1</p>	<p>Tej Kakaós csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 299 ZS: 12 TZS: 6,6 FH:8,4 SZH:35,7 CK: 16,7 SÓ: 0,5</p>	<p>Gyümölcs tea Póréhagymás túrókrém Zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 241 ZS: 3,7 TZS: 2,1 FH: 10,1 SZH:39,1 CK: 8,1 SÓ: 0,7</p>	<p>Karamellás tej Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 359 ZS: 8,2 TZS: 3,3 FH: 13,3 SZH: 51,5 CK: 20,7 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>Tarhonyaleves Dinó szelet Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Szőlő</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:719 ZS: 16,4 TZS: 3,8 FH: 25,3 SZH:111,7 CK:30,6 SÓ: 1,7</p>	<p>Húsgaluska leves Gránátos kocka Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 676 ZS: 24,9 TZS: 5,3 FH: 24,1 SZH:85,8 CK: 9,3 SÓ: 3,1</p>	<p>Tojásleves Erdélyi rakott káposzta Teljes kiőrlésű kenyér Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 822 ZS: 44 TZS: 14,8 FH:26,6 SZH:71,7 CK: 25,3 SÓ: 6,2</p>	<p>Rántott halfilé Petrezselymes burgonya Majonéz kukoricasaláta Almalé 100%-os</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,10,12</p> <p>EN: 716 ZS: 23,3 TZS: 3,8 FH: 22,3 SZH:95,4 CK: 25,8 SÓ: 1,7</p>	<p>Mentás zöldborsókrémleves Színes levesgyöngy Hentes sertés tokány Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,10,12</p> <p>EN: 779 ZS: 36 TZS: 11 FH: 28,9 SZH: 84 CK: 4,2 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>Kenőmájas Félbarna kenyér Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN:250 ZS: 9 TZS: 0 FH: 8,4 SZH:32,3 CK:0,5 SÓ: 1,5</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 251 ZS: 9,8 TZS: 3,4 FH: 8,2 SZH:30,7 CK: 0,7 SÓ: 1,4</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Császárszemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 222 ZS: 5,5 TZS: 2 FH:9,9 SZH:31 CK: 1,6 SÓ: 1,1</p>	<p>Edami sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 276 ZS: 9,8 TZS: 5,6 FH: 12,6 SZH:33,4 CK: 1,7 SÓ: 1,5</p>	<p>Gyümölcs joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 250 ZS: 4,3 TZS: 2,5 FH: 7,5 SZH: 44 CK: 16,1 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 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 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

Nyíregyháza

Általános iskola- felsős

2021. 10. 11.–2021. 10. 17.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Fahéjas csiga	Gyümölcs tea Vaníliás krémtúró Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcs tea Majonézes tojáskrém Zsemle	Tej Briós	Vaníliás tej Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka		
<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:305 ZS: 11,5    TZS: 6,3    FH: 8,1 SZH:38,2    CK:19,7    SÓ: 0,5	EN: 254 ZS: 3,9    TZS: 2,3    FH: 9,8 SZH:42,2    CK: 10,5    SÓ: 0,9	EN: 247 ZS: 5,9    TZS: 1,3    FH:6,7 SZH:37,9    CK: 8,5    SÓ: 0,8	EN: 267 ZS: 7    TZS: 3,9    FH: 10,1 SZH:37,7    CK: 13,5    SÓ: 0,6	EN: 356 ZS: 7,5    TZS: 3    FH: 15,1 SZH: 54,2    CK: 20,8    SÓ: 1,9	EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:	EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:

EBÉD

Tejfölös burgonyaleves Sertéspörkölt Tarhonya Csemege uborka Szilva	Fahéjas almaleves Budapest sertésragu Párolt rizs Lilakáposzta saláta	Csirkeraguleves Dejós morzsás nudli Barackvelő Alma	Zöldségleves Sertés vagdalt Babfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Paradicsomleves Grillfűszeres csirkemell Petrezselymes rizs Amerikai káposztasaláta		
<u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:782 ZS: 32,9    TZS: 8,4    FH: 28 SZH:88,2    CK:21,1    SÓ: 3,5	EN: 780 ZS: 28,7    TZS: 7,7    FH: 24,7 SZH:104,9    CK: 28,6    SÓ: 1,4	EN: 789 ZS: 14,6    TZS: 1,7    FH:27,1 SZH:111,6    CK: 31,6    SÓ: 1,9	EN: 822 ZS: 26,5    TZS: 7,2    FH: 38,1 SZH:101,8    CK: 2,5    SÓ: 3,9	EN: 728 ZS: 23,5    TZS: 3,8    FH: 34,7 SZH: 92,6    CK: 23,4    SÓ: 1,4	EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:	EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:

UZSONNA

Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Répahasáb	Trappista sajtszelet Margarin Szezámagos zsemle Kápia paprika	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Baromfi párizsi Margarin Kifli Retek	Kockasajt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7,11	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:223 ZS: 6,7    TZS: 4,1    FH: 6,1 SZH:32,6    CK:1,2    SÓ: 1,1	EN: 270 ZS: 11,9    TZS: 6,2    FH: 11,6 SZH:28    CK: 0,7    SÓ: 1,7	EN: 245 ZS: 7,3    TZS: 2,1    FH:8,5 SZH:32,2    CK: 0,5    SÓ: 1,6	EN: 196 ZS: 6,1    TZS: 0,9    FH: 8,2 SZH:27,9    CK: 1,2    SÓ: 1,3	EN: 203 ZS: 6,6    TZS: 4    FH: 7 SZH: 27,9    CK: 2,1    SÓ: 1,2	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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételk 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.

Nyíregyháza

Általános iskola- felsős

2021. 10. 18.–2021. 10. 24.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tejeskávé Fonott kalács  <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:342 ZS: 7    TZS: 3,7    FH: 10,3 SZH:55,3    CK:24,3    SÓ: 0,7	Gyümölcsstea Sajtkrém Szezámagos zsemle Zöldpaprika  <u>Allergének:</u> 1,7,11,12 EN: 231 ZS: 5,7    TZS: 2,6    FH: 8,3 SZH:35,9    CK: 8,6    SÓ: 0,8	Gyümölcsstea Körözött Teljes kiőrlésű zsemle  <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 230 ZS: 5,3    TZS: 3,3    FH:8,6 SZH:35,6    CK: 8,4    SÓ: 1	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	Kakaós tej Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom  <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 374 ZS: 8,5    TZS: 3,5    FH: 13,8 SZH: 53,8    CK: 21,7    SÓ: 1,3	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EBÉD	Eperkrémleves Borsos sertés tokány Bulgur Fejes saláta  <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN:834 ZS: 31,4    TZS: 8,4    FH: 25,7 SZH:98,7    CK:35,6    SÓ: 1,4	Magyaros gombaleves Halpogácsa Majorannás burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Szőlő  <u>Allergének:</u> 1,3,4,7,12 EN: 691 ZS: 13,1    TZS: 2,9    FH: 28,4 SZH:106,8    CK: 20,4    SÓ: 2,7	Palócleves Mákos kevert sütemény Meggy öntet Körte  <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 648 ZS: 23,2    TZS: 6,5    FH:18 SZH:87,1    CK: 56,4    SÓ: 0,1	Kertészleves Húsgombóc Paradicsommártás Meggy öntet Főtt burgonya fél adag Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN: 620 ZS: 17,1    TZS: 4,7    FH: 22,8 SZH:89,4    CK: 22,5    SÓ: 2,9	Brokkolikrémleves Leves gyöngy Csikós sertés tokány Szarvacska tészta  <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 727 ZS: 35,5    TZS: 11,4    FH: 28,6 SZH: 70,3    CK: 5,9    SÓ: 3	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
UZSONNA	Kenőmájas Teljes kiőrlésű kifli Lilahagyma  <u>Allergének:</u> 1,6,10 EN:215 ZS: 9,2    TZS: 0,2    FH: 7,9 SZH:23,6    CK:1,5    SÓ: 1,1	Csemege szalámi Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek  <u>Allergének:</u> 1 EN: 254 ZS: 9,5    TZS: 3,5    FH: 8,2 SZH:32,5    CK: 0,5    SÓ: 1,7	Soproni felvágott Margarin Félbarna kenyér Kígyóuborka  <u>Allergének:</u> 1,6 EN: 240 ZS: 7,1    TZS: 2,3    FH:8,5 SZH:33    CK: 0,5    SÓ: 1,8	Reszelt sajt Margarin Zsemle Retek  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 269 ZS: 10,3    TZS: 5,7    FH: 11,6 SZH:30,5    CK: 0,7    SÓ: 1,4	Túró desszert Alma  <u>Allergének:</u> 6,7 EN: 119 ZS: 4,4    TZS: 3,4    FH: 1,9 SZH: 17,4    CK: 16,3    SÓ: 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. 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 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

# ÉTLAP

	Nyíregyháza			Általános iskola- felsős			2021. 10. 25.–2021. 10. 31.			
	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap			
TÍZÓRAI	<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>	<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>	<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>	<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>Őszi szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Őszi szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Őszi szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Őszi szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Őszi szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Őszi szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Őszi szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Őszi szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>		
UZSONNA	<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>	<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>	<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>	<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. 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 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.