

Bakony Gaszt
Általános Iskola Felső Tagozat
2023.10.02.–2023.10.08.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Gyümölcsstea Sajtkrém Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN:215 ZS: 4,4 TZS: 2,4 FH: 7,8 SZH:34,8 CK:9,4 SÓ: 0,8	Tej Méz Margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 333 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,2 SZH:57,4 CK: 26,1 SÓ: 1,3	Tejeskávé Kakaós foszlós kalács <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 343 ZS: 7,2 TZS: 3,8 FH:10,8 SZH:54,7 CK: 24,2 SÓ: 0,7	Gyümölcsstea Majonézes tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,4,6,10 EN: 257 ZS: 5,8 TZS: 0,8 FH: 10,2 SZH:39,2 CK: 8,5 SÓ: 1,1	Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,3 EN: 249 ZS: 5,3 TZS: 1,5 FH: 7,6 SZH: 39,1 CK: 7,9 SÓ: 1	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EBÉD	Húsleves Főtt sertésszelet Gyümölcsmártás Pírtott dara <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN:576 ZS: 16,7 TZS: 4 FH: 26,5 SZH:77,8 CK:22,7 SÓ: 1	Magyaros gombaleves Dínó szelet Zöldborsófőzelék <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 479 ZS: 16,1 TZS: 3 FH: 20,7 SZH:60,3 CK: 11,9 SÓ: 1,5	Eperkrémleves Zöldséges rizseshús Csemegeuborka <u>Allergének:</u> 1,7,10,12 EN: 700 ZS: 24,7 TZS: 6,5 FH:22,2 SZH:96,4 CK: 34 SÓ: 1,6	Frankfurti leves Szilvalekváros derelye Fahéjas porcukor <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 1016 ZS: 32 TZS: 5,1 FH: 24,7 SZH:147,5 CK: 15 SÓ: 2,3	Újhagymás burgonyakrémleves Vegetáriánus bolognai spagetti Sajt szórat <u>Allergének:</u> 1,6,7,9,12 EN: 667 ZS: 18,6 TZS: 6,7 FH: 32,6 SZH: 88 CK: 14,3 SÓ: 1,2	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
UZSONNA	Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,6,10 EN:251 ZS: 9,3 TZS: 0,2 FH: 8,6 SZH:31,4 CK:0,5 SÓ: 1,4	Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1 EN: 233 ZS: 9,9 TZS: 3,6 FH: 7,6 SZH:27,3 CK: 0,4 SÓ: 1,3	Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1 EN: 248 ZS: 8,5 TZS: 3,1 FH:8,5 SZH:32,5 CK: 0,8 SÓ: 1,6	Vajkrém napraforgómaggal Császárszemesle Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 262 ZS: 12,3 TZS: 6,5 FH: 6,1 SZH:31,5 CK: 2,5 SÓ: 1	Túró desszert Alma <u>Allergének:</u> 6,7 EN: 131 ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH: 2,1 SZH: 20,2 CK: 19,1 SÓ: 0	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén 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. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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.



A **HÜSMENTES PÉNTEK** fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2023.10.09.–2023.10.15.

	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>Gyümölcs tea Trappista sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 305 ZS: 10,6 TZS: 5,9 FH: 11,7 SZH:38,7 CK: 7,9 SÓ: 1,5</p>	<p>Gyümölcs tea Póréhagymás túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 245 ZS: 3,9 TZS: 2,3 FH:9,9 SZH:39,6 CK: 8,1 SÓ: 0,9</p>	<p>Tej Kukoricapehely</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 252 ZS: 3,5 TZS: 2 FH: 8,8 SZH:42,2 CK: 12,8 SÓ: 0,9</p>	<p>Gyümölcs tea Petrezselymes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 258 ZS: 6,3 TZS: 1,2 FH: 6,8 SZH: 40 CK: 9,4 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 Leves gyöngy Sertéspörkölt Szarvacska tészta Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN:712 ZS: 32,3 TZS: 8,3 FH: 26,6 SZH:77,4 CK:9,5 SÓ: 1,6</p>	<p>Kertészleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 485 ZS: 18,4 TZS: 4,7 FH: 18,3 SZH:59 CK: 19,7 SÓ: 2</p>	<p>Meggyleves Zöldszécs csirkevagdalt Párolt rizs Amerikai káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 779 ZS: 26 TZS: 4,3 FH:24,3 SZH:109,9 CK: 36 SÓ: 2,6</p>	<p>Daragaluska leves Füstölt főtt húskockák Sárgaborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 597 ZS: 18,9 TZS: 4,2 FH: 32,6 SZH:73,9 CK: 1,2 SÓ: 3,9</p>	<p>Hamisgulyás Aranygaluska Vaníliás öntet Szilva</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 940 ZS: 21,9 TZS: 3,8 FH: 22,9 SZH: 157,2 CK: 60,3 SÓ: 0,3</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>
UZSONNA	<p>Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong</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: 1,3</p>	<p>Vajas pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 167 ZS: 3,4 TZS: 1,6 FH: 4,4 SZH:29,1 CK: 4 SÓ: 0,4</p>	<p>Olasz felvágott Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 243 ZS: 8,5 TZS: 2,9 FH:8,3 SZH:31,3 CK: 0,7 SÓ: 1,4</p>	<p>Baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 237 ZS: 7,3 TZS: 2,3 FH: 7,7 SZH:33,7 CK: 0,6 SÓ: 1,9</p>	<p>Kockasajt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 203 ZS: 6,6 TZS: 4 FH: 7 SZH: 27,9 CK: 2,1 SÓ: 1,2</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>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén 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. Csillagfű; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kizsoltatást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést 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.



A **HÜSMENTES PÉNTEK**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2023.10.16.–2023.10.22.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<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>Tejbedara Kakaós szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:262 ZS:3,9 TZS:2,3 FH:9 SZH:43,4 CK:28,3 SÓ:0,3</p>	<p>Gyümölcsstea Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:280 ZS:9,8 TZS:3,7 FH:7,9 SZH:38,1 CK:7,9 SÓ:1,5</p>	<p>Gyümölcsstea Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:242 ZS:4,3 TZS:2,4 FH:8,6 SZH:40 CK:8,7 SÓ:1,1</p>	<p>Gyümölcsstea Barackos túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:250 ZS:3 TZS:1,7 FH:8,8 SZH:44,6 CK:13,3 SÓ:0,9</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>Lebbencsleves Csirke nuggets Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:588 ZS:16 TZS:4,5 FH:22,2 SZH:83,2 CK:22,6 SÓ:1,9</p>	<p>Zöldborsóleves Rozsdás sertészelet Tört burgonya Házi vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN:602 ZS:22 TZS:6,2 FH:28,8 SZH:66,6 CK:11,5 SÓ:1,3</p>	<p>Bakonyi betyárleves Darás metélt Eperöntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN:711 ZS:24,8 TZS:7,2 FH:23,8 SZH:94,6 CK:21,4 SÓ:0,3</p>	<p>Édes gyökekrémleves Leves gyöngy Panírozott halfilé Kukoricás rizs Tartármártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9,10,12</p> <p>EN:904 ZS:42,1 TZS:9,1 FH:25,7 SZH:99,7 CK:9,7 SÓ:3,1</p>	<p>Tavaszi leves Főtt tojás Parajmártás Főtt burgonya Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:431 ZS:7,4 TZS:2,2 FH:16,5 SZH:65,7 CK:5 SÓ:0,8</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 Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN:253 ZS:9,1 TZS:0 FH:8,5 SZH:32,7 CK:0,5 SÓ:1,5</p>	<p>Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:222 ZS:4,7 TZS:1,8 FH:9,7 SZH:33,1 CK:1,2 SÓ:1,6</p>	<p>Edami sajt Margarin Zsemle Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:231 ZS:7,2 TZS:3,8 FH:9,9 SZH:30,3 CK:0,6 SÓ:1,1</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:243 ZS:9,5 TZS:3,5 FH:7,8 SZH:29,8 CK:0,7 SÓ:1,3</p>	<p>Sajtos kifli Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:176 ZS:1,5 TZS:0,8 FH:4,3 SZH:35,1 CK:11,9 SÓ:0,5</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 kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén 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. Csillagfűt; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézést 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.



A **HÜSMENTES PÉNTEK**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2023.10.23.–2023.10.29.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>	<p>Tejeskávé Kakaós foszlós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 343 ZS: 7,2 TZS: 3,8 FH: 10,8 SHZ: 54,7 CK: 24,2 SÓ: 0,7</p>	<p>Gyümölcs tea Főtt virsli Mustár Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10</p> <p>EN: 320 ZS: 10,4 TZS: 3,1 FH: 10,7 SHZ: 42,8 CK: 9,8 SÓ: 2,5</p>	<p>Gyümölcs tea Pritaminos sajtkrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 230 ZS: 3,6 TZS: 2 FH: 7,5 SHZ: 40 CK: 8,6 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcs tea Majonéz tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</p> <p>EN: 268 ZS: 6,6 TZS: 1,3 FH: 7,4 SHZ: 40,9 CK: 9,4 SÓ: 1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>
EBÉD	<p>ÜNNEPNAP</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>	<p>Bagolyborsó leves Bazsalikomos paradicsomos spagetti Sajt szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9</p> <p>EN: 674 ZS: 25 TZS: 9 FH: 25,4 SHZ: 82,2 CK: 13,7 SÓ: 2,2</p>	<p>Tejfőlés zöldbaleves Pincepörkölt Házi vegyes saláta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 701 ZS: 27 TZS: 7,8 FH: 25,8 SHZ: 80,1 CK: 9,5 SÓ: 0,8</p>	<p>Csontleves Lenmagos sertésfasírt Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 845 ZS: 31,2 TZS: 8,4 FH: 37 SHZ: 98,4 CK: 17,1 SÓ: 3,3</p>	<p>Tejfőlés burgonyaleves Retro piskóta kocka Csokoládés öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 564 ZS: 15 TZS: 4,3 FH: 16,4 SHZ: 84,8 CK: 46,6 SÓ: 0,3</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>
UZSONNA	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>	<p>Vajkrém Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 227 ZS: 9,6 TZS: 5,6 FH: 5,4 SHZ: 28,4 CK: 1,3 SÓ: 1,1</p>	<p>Trappista sajt Margarin Félbarna kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 246 ZS: 7,7 TZS: 4 FH: 9,6 SHZ: 32,9 CK: 0,5 SÓ: 1,5</p>	<p>Olasz felvágott Margarin Zsemle Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 239 ZS: 8,5 TZS: 2,9 FH: 8,2 SHZ: 30,7 CK: 0,7 SÓ: 1,4</p>	<p>Nápolyi Banán</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 381 ZS: 11,1 TZS: 5,4 FH: 4,6 SHZ: 64 CK: 54,7 SÓ: 0,3</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztyszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén 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. Csillagfű; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti ételváltoztatásért előre is elnézést kérjük, megértésedet köszönjük. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SHZ (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag) *A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A **HÜSMENTES PÉNTEK**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2023.10.30.–2023.11.05.

	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>
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>ÜNNEPNAP</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: 0 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>
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>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztyszennyeződéssel 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 munkatársainknál! Diétás étkeztetést 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.



A **HÚSMENTES PÉNTEK** fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.