

## Bakony Gaszt

## Általános Iskola Felső Tagozat

2024.01.08.–2024.01.14.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Foszlós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:305 ZS: 9,2    TZS: 4,5    FH: 11,1 SZH:41,4    CK:16,6    SÓ: 0,74</p>	<p>Kakaós tej Margarin Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 305 ZS: 6    TZS: 2,7    FH: 10,5 SZH:48,2    CK: 22,3    SÓ: 0,87</p>	<p>Gyümölcsstea Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 270 ZS: 8,1    TZS: 2,9    FH:8,4 SZH:38,8    CK: 8,1    SÓ: 1,52</p>	<p>Gyümölcsstea Zöldfűszeres sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 232 ZS: 4,4    TZS: 2,5    FH: 5,9 SZH:40,2    CK: 9,3    SÓ: 1,34</p>	<p>Gyümölcsstea Barackos túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 249 ZS: 3    TZS: 1,7    FH: 8,8 SZH: 44,6    CK: 13,3    SÓ: 0,87</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>Daragaluska leves Csirke nuggets Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN:541 ZS: 13,9    TZS: 3,2    FH: 21,1 SZH:78,1    CK:22    SÓ: 2,12</p>	<p>Zöldborsóleves Rozsdás mártás Natúr sertés szelet Tört burgonya Házi vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12</p> <p>EN: 651 ZS: 26,7    TZS: 7    FH: 30,9 SZH:66    CK: 11    SÓ: 2,46</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:94,5    CK: 21,3    SÓ: 0,56</p>	<p>Édes gyökekrémleves Levesgyöngy Rántott harcsafilé Kukoricás rizs Tartármártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9,10,12</p> <p>EN: 631 ZS: 28    TZS: 7,8    FH: 12,5 SZH:77    CK: 8,7    SÓ: 1,68</p>	<p>Tavaszi leves Főtt tojás Sóska mártás Főtt burgonya Félbarna kenyér Kakaós kevert sütemény</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,12</p> <p>EN: 588 ZS: 15,7    TZS: 7,7    FH: 16,6 SZH: 86    CK: 21,7    SÓ: 1,76</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>Kenőmájás Félbarna kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN:259 ZS: 9    TZS: 0    FH: 8,4 SZH:34,6    CK:1,7    SÓ: 1,53</p>	<p>Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 221 ZS: 4,8    TZS: 1,8    FH: 9,4 SZH:32,9    CK: 1,2    SÓ: 1,61</p>	<p>Edami sajt Margarin Császárszemle Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 276 ZS: 12    TZS: 6,8    FH:12,5 SZH:30,3    CK: 1,6    SÓ: 1,23</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: 1,31</p>	<p>Natúr joghurt Kifli Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 265 ZS: 5,4    TZS: 3,1    FH: 9,5 SZH: 42,2    CK: 16,8    SÓ: 0,53</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 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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás ételről érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést biztosítunk. A szükség szerinti ételváltoztatásért 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

2024.01.15.–2024.01.21.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tejeskávé Fatörzs kifli  <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:309 ZS: 6,5 TZS: 3,5 FH: 9,9 SZH:48,8 CK:23,4 SÓ: 0,63	Gyümölcstea Gépsonka Margarin Császárszemle  <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 253 ZS: 6,9 TZS: 3 FH: 9 SZH:38,5 CK: 9,8 SÓ: 1,38	Tej Mézes margarin Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 390 ZS: 15,3 TZS: 7,3 FH:10,2 SZH:49,4 CK: 18 SÓ: 1,28	Gyümölcstea Pulykasonka Margarin Zsemle Kígyóborka  <u>Allergének:</u> 1,6 EN: 235 ZS: 4,3 TZS: 1,2 FH: 9,2 SZH:37,9 CK: 8,2 SÓ: 1,51	Gyümölcstea Majonézes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika  <u>Allergének:</u> 1,3,10 EN: 266 ZS: 6,6 TZS: 1,3 FH: 7,4 SZH: 40,4 CK: 8,9 SÓ: 1,11	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Zellerkrémleves Levesgyöngy Pincepörkölt Házi vegyes saláta Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN:726 ZS: 26,1 TZS: 8,4 FH: 26,7 SZH:89,2 CK:10,6 SÓ: 1,83	Bagolyborsó leves Bazsalikomos paradicsomos spagetti Reszelt sajt  <u>Allergének:</u> 1,7,9 EN: 717 ZS: 28,2 TZS: 11,5 FH: 28,8 SZH:82,1 CK: 13,8 SÓ: 2,53	Gyümölcsleves Lilahagymás sajtkrémes csirkemell Rizibizi  <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 653 ZS: 17 TZS: 6,1 FH:38 SZH:85,3 CK: 29 SÓ: 0,9	Csontleves Lenmagos sertésfasírt Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Mandarin  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12 EN: 835 ZS: 30,8 TZS: 8,3 FH: 36,8 SZH:96,8 CK: 15,6 SÓ: 2,73	Tejfőlös burgonyaleves Sárgabarackos gombóc Porcukor szórát  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 986 ZS: 13,9 TZS: 3,6 FH: 16,9 SZH: 143,5 CK: 27,7 SÓ: 1,24	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Vajkrém Zsemle Zöldpaprika  <u>Allergének:</u> 1,7 EN:244 ZS: 9,5 TZS: 5,4 FH: 5,9 SZH:31,6 CK:1,6 SÓ: 1,1	Trappista sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 275 ZS: 10,6 TZS: 5,9 FH: 11,8 SZH:31,4 CK: 0,5 SÓ: 1,57	Füstölt baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka  <u>Allergének:</u> 1 EN: 239 ZS: 8,2 TZS: 2,7 FH:8,1 SZH:31,6 CK: 0,5 SÓ: 1,53	Magyaros túrókrém Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 218 ZS: 3,8 TZS: 1,7 FH: 10,2 SZH:33,1 CK: 0,7 SÓ: 1,21	Mese fit Detki keksz Alma  <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 273 ZS: 8,9 TZS: 4,1 FH: 4,3 SZH: 42,4 CK: 22,3 SÓ: 0,21	<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 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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést 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

2024.01.22.–2024.01.28.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Karamellás tej Fahéjas csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:347 ZS: 11,5    TZS: 6,3    FH: 8,1 SZH:49,2    CK:30,7    SÓ: 0,47</p>	<p>Gyümölcs tea Mediterrán tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,6,7,10,12</p> <p>EN: 237 ZS: 3,8    TZS: 2    FH: 9,5 SZH:39    CK: 8,7    SÓ: 1,15</p>	<p>Gyümölcs tea Vaníliás túrókrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 255 ZS: 3,6    TZS: 2,1    FH:9,7 SZH:42,9    CK: 12,3    SÓ: 0,69</p>	<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: 1,3</p>	<p>Gyümölcs tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 250 ZS: 5,2    TZS: 1,5    FH: 7,5 SZH: 39,4    CK: 7,9    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>Lebbencsleves Dino szelet Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:683 ZS: 18,5    TZS: 4,5    FH: 23,8 SZH:100    CK:22,7    SÓ: 2,38</p>	<p>Kolbászos lencseleves Burgonyás tészta Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 651 ZS: 24,9    TZS: 5,3    FH: 23,3 SZH:80,4    CK: 9,1    SÓ: 2,47</p>	<p>Tojásleves Erdélyi rakott káposzta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 687 ZS: 39,1    TZS: 13,2    FH:24,2 SZH:51,2    CK: 5,6    SÓ: 4,58</p>	<p>Paradicsomleves Sertésragu Jóasszony módra Petrezselymes burgonya Uborkasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 683 ZS: 27,1    TZS: 7,8    FH: 25 SZH:79,6    CK: 23,7    SÓ: 1,51</p>	<p>Zöldborsókrémleves Levesgyöngy Rántott sajt Párolt rizs Tartármártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 920 ZS: 44,1    TZS: 13,5    FH: 23,9 SZH: 102,5    CK: 11,7    SÓ: 1,72</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>Füstölt sajtos brokkolikrém Félbarna kenyér Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:204 ZS: 3,7    TZS: 2,1    FH: 8,1 SZH:32,9    CK:0,8    SÓ: 1,38</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Zsemle Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 259 ZS: 9,8    TZS: 3,4    FH: 8,2 SZH:32,4    CK: 0,7    SÓ: 1,38</p>	<p>Pulykasonka Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 213 ZS: 4,3    TZS: 1,2    FH:9,2 SZH:32,9    CK: 0,5    SÓ: 1,88</p>	<p>Trappista sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 277 ZS: 10,6    TZS: 5,9    FH: 11,8 SZH:31,6    CK: 0,5    SÓ: 1,52</p>	<p>Habos puding Banán</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 378 ZS: 2,8    TZS: 1,9    FH: 5,9 SZH: 80,4    CK: 73,4    SÓ: 0,49</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 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás ételről érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést biztosítunk. A szükség szerinti ételváltoztatásért 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 PÉTEK**  
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2024.01.29.–2024.02.04.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Margarin Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:253 ZS: 5,9 TZS: 2,6 FH: 10,1 SZH:35,8 CK:10,3 SÓ: 0,81</p>	<p>Gyümölcsstea Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 235 ZS: 3,7 TZS: 1 FH: 8,9 SZH:39,7 CK: 7,9 SÓ: 1,76</p>	<p>Gyümölcsstea Körözött Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 237 ZS: 3,4 TZS: 2 FH:10,1 SZH:38,7 CK: 8,2 SÓ: 0,78</p>	<p>Kakaós tej Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 319 ZS: 7,1 TZS: 4 FH: 10,4 SZH:50,1 CK: 25,5 SÓ: 0,62</p>	<p>Gyümölcsstea Petrezselymes uborkás tojáskrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 256 ZS: 6 TZS: 1 FH: 6,7 SZH: 40,6 CK: 9 SÓ: 1,32</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>Brokkolikrémleves Levesgyöngy Lecsós virsli Tarhonya Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:762 ZS: 35,2 TZS: 10,8 FH: 24,8 SZH:83,5 CK:18,7 SÓ: 3,48</p>	<p>Húsleves Sertéspörkölt Kelkáposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 515 ZS: 19,3 TZS: 5,4 FH: 24,1 SZH:57,7 CK: 1 SÓ: 2,08</p>	<p>Csirkeraгуeves Morzsás nudli Gyümölcsötlet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 692 ZS: 9 TZS: 0,9 FH:26,5 SZH:100,2 CK: 12,8 SÓ: 2,52</p>	<p>Görög gyümölcsleves Grillfűszeres csirkemell Rizibizi Lilakáposzta saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 665 ZS: 13,4 TZS: 2,3 FH: 35,5 SZH:100,4 CK: 43,3 SÓ: 1,55</p>	<p>Citromos kerti leves Vegetáriánus chilis bab Teljes kiőrlésű kenyér Kókuszgolyó</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 699 ZS: 14,8 TZS: 5,9 FH: 32,7 SZH: 104,3 CK: 18,8 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>Vajkrém napraforgómaggal Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:262 ZS: 10,2 TZS: 5,3 FH: 6,3 SZH:34,3 CK:1,3 SÓ: 1,31</p>	<p>Edami sajt Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 264 ZS: 9,6 TZS: 5,4 FH: 12,5 SZH:30,7 CK: 0,6 SÓ: 1,27</p>	<p>Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 243 ZS: 8,2 TZS: 2,9 FH:8,7 SZH:31,9 CK: 0,7 SÓ: 1,53</p>	<p>Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 214 ZS: 7,3 TZS: 2,5 FH: 7,2 SZH:28,5 CK: 0,5 SÓ: 1,48</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: 0,55</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. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést 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 HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.