

Körmend

Óvoda

2024. 04. 29.–2024. 05. 05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tejbedara
Kakaós szórat

Gyümölcs tea
Sonkás melegszendvics
Félbarna kenyérral

Tejescávé
Zöldfűszeres vajkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Gyümölcs tea
Főtt tojás
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

Allergének:
1,7

Allergének:

Allergének:
1,7

Allergének:
1,3

Allergének:

Allergének:

EN:211
ZS: 3,1 TZS: 1,9 FH: 7,3
SZH:35,1 CK:23,1 SÓ: 0,31

EN: 268
ZS: 8,8 TZS: 4,5 FH: 11,3
SZH:34,6 CK: 8,2 SÓ: 1,87

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN: 319
ZS: 7,6 TZS: 4,6 FH: 10,8
SZH:47 CK: 20,1 SÓ: 1,19

EN: 209
ZS: 4,3 TZS: 1,2 FH: 5,9
SZH: 34 CK: 7,8 SÓ: 0,99

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Zöldsejtkrémleves
Panírozott halrúd
Sárgarépás rizs

Erőleves
Húsgombóc árpagyönggyel
Paradicsommártás
Tört burgonya

ÜNNEPNAP

Legényfogó leves
Mákos metélt

Zöldborsóleves
Zöldsejtkrémleves
Majorannás burgonyafőzelék
Félbarna kenyér

Allergének:
1,4,7,9

Allergének:
1,3,9,12

Allergének:

Allergének:
1,7,9,10,12

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:

Allergének:

EN:545
ZS: 20 TZS: 2,6 FH: 17,7
SZH:72,7 CK:2,4 SÓ: 1,25

EN: 398
ZS: 16,2 TZS: 3,8 FH: 14,5
SZH:45,8 CK: 10,1 SÓ: 1,36

EN: 0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN: 527
ZS: 18,3 TZS: 3,9 FH: 18,4
SZH:71,4 CK: 24,4 SÓ: 0,29

EN: 392
ZS: 9,5 TZS: 1,9 FH: 12,3
SZH: 59,5 CK: 2,8 SÓ: 1,16

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Füstölt sajtos brokkolikrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Paradicsom

Olasz felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Barackos túrókrém
Félbarna kenyér

Medvehagymás teljes kiőrlésű
rúd
Alma

Allergének:
1,7

Allergének:
1

Allergének:

Allergének:
1,7

Allergének:
1,3,7

Allergének:

Allergének:

EN:166
ZS: 2,9 TZS: 1,6 FH: 6
SZH:27,3 CK:0,9 SÓ: 0,99

EN: 202
ZS: 6,9 TZS: 2,4 FH: 6,6
SZH:26,9 CK: 0,8 SÓ: 1,18

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

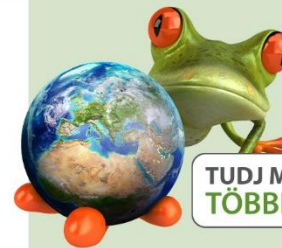
EN: 175
ZS: 2 TZS: 1 FH: 6,9
SZH:31,3 CK: 5,1 SÓ: 0,86

EN: 202
ZS: 5,9 TZS: 1,4 FH: 6,5
SZH: 32,3 CK: 8,5 SÓ: 0,08

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűk. 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Körmend

Óvoda

2024. 05. 06.–2024. 05. 12.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Csokis gabonagolyó</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:178 ZS: 3,8 TZS: 2 FH: 7 SZH:25,4 CK:16,4 SÓ: 0,26</p>	<p>Tej Fahéjas kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 297 ZS: 7,5 TZS: 3,8 FH: 11 SZH:43,4 CK: 15,6 SÓ: 0,27</p>	<p>Gyümölcs tea Főtt virsli Ketchup Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 290 ZS: 9,4 TZS: 4,1 FH:10,4 SZH:39,7 CK: 12 SÓ: 1,89</p>	<p>Tej Teljes kiőrlésű reform piskóta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 282 ZS: 10,8 TZS: 2,7 FH: 9,7 SZH:34,1 CK: 22 SÓ: 0,28</p>	<p>Gyümölcs tea Sajtos melegszendvic Félbarna kenyérrrel Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 281 ZS: 8,7 TZS: 3,7 FH: 9,4 SZH: 38,9 CK: 11,5 SÓ: 1,28</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>Pikáns karfiolkremleves Leves gyöngy Bolognai sertésragu Spagetti Sajt szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN:552 ZS: 25,5 TZS: 9,8 FH: 24,4 SZH:54,8 CK:9,6 SÓ: 0,93</p>	<p>Zabgaluska leves Svéd sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9</p> <p>EN: 484 ZS: 13,5 TZS: 1,9 FH: 23,9 SZH:64,1 CK: 8,4 SÓ: 2,3</p>	<p>Csontleves Eszterházy sertésragu Bulgur</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 513 ZS: 23 TZS: 6,1 FH:20,2 SZH:50,4 CK: 4,3 SÓ: 0,93</p>	<p>Gyümölcsleves Tavaszi sertésszelet Petrezselymes burgonya Vitaminaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 518 ZS: 15,4 TZS: 8 FH: 19,9 SZH:68,6 CK: 26,8 SÓ: 1,29</p>	<p>Hamisgulyás Túrótöltelékes gombóc Tejföl Porcukor szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 672 ZS: 14,4 TZS: 3,9 FH: 16,9 SZH: 116,3 CK: 21 SÓ: 1,62</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>Tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,10,12</p> <p>EN:153 ZS: 0,9 TZS: 0,2 FH: 7,6 SZH:26,8 CK:0,8 SÓ: 0,8</p>	<p>Sajtkrém Félbarna kenyér Sárgarépahasáb</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 173 ZS: 2,9 TZS: 1,7 FH: 6,1 SZH:29,1 CK: 2,1 SÓ: 1,18</p>	<p>Petrezselymes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 170 ZS: 3,5 TZS: 1,5 FH:5,7 SZH:26,4 CK: 0,7 SÓ: 0,84</p>	<p>Sonkakrém Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 212 ZS: 7,2 TZS: 2,6 FH: 8,1 SZH:27,3 CK: 0,6 SÓ: 1,47</p>	<p>Teljes kiőrlésű tökmagos pogácsa Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 327 ZS: 13,5 TZS: 2,1 FH: 12,2 SZH: 38,7 CK: 9,5 SÓ: 0,43</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 étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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.

Körmend

Óvoda

2024. 05. 13.–2024. 05. 19.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej
Méz
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,7

EN:307
ZS: 5,6 TZS: 2,6 FH: 9,6
SZH:51,2 CK:26 SÓ: 0,98

Tej
Mákos kevert

Allergének:
1,3,7

EN: 375
ZS: 15,7 TZS: 4,8 FH: 13
SZH:41,5 CK: 25,8 SÓ: 0,26

Kakaós tej
Margarin
Kifli

Allergének:
1,7

EN: 305
ZS: 6 TZS: 2,7 FH:10,5
SZH:48,2 CK: 22,3 SÓ: 0,87

Gyümölcsstea
Magyaros vajkrém
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,7

EN: 219
ZS: 6,6 TZS: 3,8 FH: 4,5
SZH:33,5 CK: 8,4 SÓ: 1

Gyümölcsstea
Margaréta pizza
Paradicsom

Allergének:
1,7

EN: 276
ZS: 8,4 TZS: 3,9 FH: 9,1
SZH: 40,1 CK: 11,9 SÓ: 0,62

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Tavaszi leves
Bakonyi sertésragu
Pirított kiskagylótészta
Kivi

Allergének:
1,3,7,12

EN:502
ZS: 20,3 TZS: 6,2 FH: 18,6
SZH:59,3 CK:13,7 SÓ: 0,85

Reszelt tésztaleves
Paradicsomos húsos káposzta
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,9,12

EN: 376
ZS: 16,9 TZS: 4,5 FH: 15,9
SZH:37 CK: 13,4 SÓ: 1,09

Tojásleves
Rakott karfiol
Gesztenyerúd

Allergének:
1,3,7

EN: 424
ZS: 25,1 TZS: 7,9 FH:14,7
SZH:32,7 CK: 9,5 SÓ: 0,23

Magyaros gombaleves
Panírozott halrúd
Burgonyapüré
Káposztasaláta

Allergének:
1,3,4,7,12

EN: 487
ZS: 16 TZS: 2,8 FH: 17,6
SZH:63,1 CK: 12,1 SÓ: 1,68

Zöldborsóleves
Rizsfelfújt
Gyümölcsöntet

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 396
ZS: 8,8 TZS: 3,2 FH: 10,8
SZH: 66 CK: 26,3 SÓ: 0,56

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Soproni felvágott
Margarin
Félbarna kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1

EN:201
ZS: 6,8 TZS: 2,4 FH: 6,5
SZH:27,3 CK:0,5 SÓ: 1,37

Stangli
Alma

Allergének:
1,3,7

EN: 249
ZS: 7,1 TZS: 1,2 FH: 6,6
SZH:38,1 CK: 9,6 SÓ: 0,45

Kenőmájás
Teljes kiőrlésű kenyér
Újhagyma

Allergének:
1,6,10

EN: 198
ZS: 6,3 TZS: 0,2 FH:6,5
SZH:27,3 CK: 0,4 SÓ: 1,04

Füstölt baromfi párizsi
Margarin
Félbarna kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1

EN: 195
ZS: 6 TZS: 1,9 FH: 6,1
SZH:27,7 CK: 0,8 SÓ: 1,33

Kefir
Teljes kiőrlésű kifli

Allergének:
1,7

EN: 193
ZS: 5,2 TZS: 3 FH: 8,6
SZH: 26,4 CK: 6 SÓ: 0,63

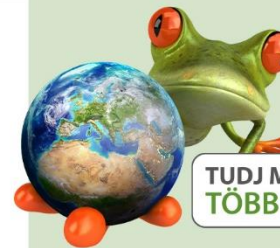
Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének 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. 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 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Körmend

Óvoda

2024. 05. 20.–2024. 05. 26.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

	Zabkása	Tej Aszalt gyümölcsös kalács	Tejeskávé Vajkrém Teljes kiőrlésű kifli	Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN: ZS: SZH:	EN: 237 ZS: 4,1 SZH:38	EN: 300 ZS: 6,5 SZH:46,3	EN: 314 ZS: 9,7 SZH:41,6	EN: 209 ZS: 4,6 SZH: 33,1	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:
TZS: CK: SÓ:	TZS: 1,3 CK: 19,8 SÓ: 0,3	TZS: 3,3 CK: 23,7 SÓ: 0,27	TZS: 5,6 CK: 20,1 SÓ: 1,18	TZS: 1,4 CK: 7,8 SÓ: 0,84	TZS: CK: SÓ:	TZS: CK: SÓ:
FH: SÓ:	FH: 8,1 SÓ: 0,3	FH:10,2 SÓ: 0,27	FH: 10,4 SÓ: 1,18	FH: 6	FH: SÓ:	FH: SÓ:

EBÉD

ÜNNEPNAP	Magyaros burgonyaleves Csirke nuggets Finomfőzelék Félbarna kenyér	Citromos kerti leves Parajos-halás rakott tészta Narancs	Csontleves Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya Félbarna kenyér	Tejfőlös bableves Morzsás nudli Fahéjas porcukor		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,4,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,9,12	<u>Allergének:</u> 1,7,9	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:0 ZS: SZH:	EN: 473 ZS: 13,7 SZH:67,2	EN: 502 ZS: 18,8 SZH:59,2	EN: 483 ZS: 18,5 SZH:57,1	EN: 667 ZS: 13 SZH: 98,5	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:
TZS: CK: SÓ:	TZS: 3,6 CK: 9,8 SÓ: 2,01	TZS: 8,7 CK: 15,2 SÓ: 1,84	TZS: 4,7 CK: 10,3 SÓ: 2,03	TZS: 2,9 CK: 10 SÓ: 1,92	TZS: CK: SÓ:	TZS: CK: SÓ:
FH: SÓ:	FH: 17,6 SÓ: 2,01	FH:21,6 SÓ: 1,84	FH: 19,2 SÓ: 2,03	FH: 17,9	FH: SÓ:	FH: SÓ:

UZSONNA

	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Epres házi joghurt Piskóta kocka	Pizzás csiga Alma		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN: ZS: SZH:	EN: 188 ZS: 5,6 SZH:26,3	EN: 199 ZS: 7 SZH:26,5	EN: 336 ZS: 8,6 SZH:52,8	EN: 286 ZS: 8,3 SZH: 42,4	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:
TZS: CK: SÓ:	TZS: 2 CK: 0,5 SÓ: 1,18	TZS: 2,5 CK: 0,4 SÓ: 1,17	TZS: 2,9 CK: 37,3 SÓ: 0,25	TZS: 2,6 CK: 10,5 SÓ: 0,35	TZS: CK: SÓ:	TZS: CK: SÓ:
FH: SÓ:	FH: 6,8 SÓ: 1,18	FH:5,9 SÓ: 1,17	FH: 11,4 SÓ: 0,25	FH: 8,7	FH: SÓ:	FH: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel 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. 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 HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Körmend

Óvoda

2024. 05. 27.–2024. 06. 02.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tejbedara
Kakaós szórat

Allergének:
1,7

EN:211
ZS: 3,1 TZS: 1,9 FH: 7,3
SZH:35,1 CK:23,1 SÓ: 0,31

Gyümölcsstea
Tonhalkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Sárgarépahasáb

Allergének:
1,3,4,6,10,12

EN: 185
ZS: 0,9 TZS: 0,2 FH: 7,6
SZH:34,5 CK: 8,4 SÓ: 0,81

Karamellás tej
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN: 289
ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH:9,5
SZH:46,6 CK: 20,5 SÓ: 1,2

Gyümölcsstea
Teavaj
Zsemle
Színes zöldségek

Allergének:
1,7

EN: 239
ZS: 6,6 TZS: 4 FH: 4,6
SZH:37,9 CK: 8,3 SÓ: 0,67

Gyümölcsstea
Petrezselymes tojáskrém
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,10

EN: 198
ZS: 3,5 TZS: 1,5 FH: 5,5
SZH: 33,4 CK: 8,1 SÓ: 0,83

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Zellerkrémleves
Leves gyöngy
Tarhonyás hús
Csemegeuborka

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:465
ZS: 20,4 TZS: 6 FH: 18,9
SZH:50,7 CK:7 SÓ: 1,41

Daragaluska leves
Sertésfasírt kölessel
Tökfőzelék
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 370
ZS: 14,4 TZS: 4,5 FH: 14,1
SZH:44,7 CK: 8,1 SÓ: 1,79

Gulyásleves
Mákos guba
Vaníliás öntet

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 658
ZS: 20,2 TZS: 6,2 FH:22,5
SZH:91,3 CK: 42,1 SÓ: 1,23

Tárkonyos zöldségleves
Főtt virsli
Babfőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 491
ZS: 15 TZS: 5,9 FH: 22,1
SZH:64,2 CK: 9,9 SÓ: 2,02

Meggyleves
Rántott sajt
Párolt rizs
Tartármártás

Allergének:
1,3,7,10,12

EN: 734
ZS: 28,3 TZS: 8,8 FH: 18,2
SZH: 102,3 CK: 29,8 SÓ: 1,87

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Gépsonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóuborka

Allergének:
1

EN:174
ZS: 3,8 TZS: 1,3 FH: 7
SZH:26,6 CK:0,8 SÓ: 1,32

Erdei gyümölcsös házi joghurt
Korpotiv keksz

Allergének:
1,7

EN: 201
ZS: 5,7 TZS: 2,9 FH: 5,7
SZH:30,9 CK: 16,9 SÓ: 0,22

Tavaszi felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kaliforniai paprika

Allergének:
1

EN: 192
ZS: 5,6 TZS: 2 FH:6,4
SZH:27,2 CK: 0,9 SÓ: 1,18

Kakaós csiga
Limonádé

Allergének:
1,3,7,12

EN: 316
ZS: 7,5 TZS: 1,3 FH: 5,9
SZH:55,2 CK: 25,1 SÓ: 0,13

Medvehagymás magos rúd
Alma

Allergének:
1,3,7

EN: 212
ZS: 6,4 TZS: 1,6 FH: 6,3
SZH: 32,7 CK: 8,5 SÓ: 0,1

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. Szezámmag; 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.