

SZOMBATHELY

Általános iskola kiszállítás

2019.09.30.–2019.10.06.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Poharas tej Briós	Poharas tej Körözött Teljes kiőrlésű kenyér	Poharas tej Petrezselymes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Poharas tej Kenőmájás Teljes kiőrlésű zsemle	Poharas tej Teljes kiőrlésű mazsolás kalács		
<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:265 ZS: 5,8 TZS: 1,3 FH: 10,6 SZH: 40,8 CK: 7,2 SÓ: 0,3	EN: 357 ZS: 10,5 TZS: 3,7 FH: 18,9 SZH: 42,9 CK: 2,6 SÓ: 1,3	EN: 348 ZS: 10,2 TZS: 2,7 FH: 16,2 SZH: 44,1 CK: 1,4 SÓ: 1,3	EN: 343 ZS: 11,8 TZS: 3,8 FH: 16,6 SZH: 39,7 CK: 0,7 SÓ: 1,5	EN: 363 ZS: 8,3 TZS: 1,7 FH: 14,2 SZH: 56,4 CK: 9,9 SÓ: 0,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Vegyes zöldség krémleves Leves gyöngy Marokkói szárnyas ragu Párolt rizs	Kertészleves Sült párizsi Tejfölös burgonyafőzelék Félbarna kenyér	Bakonyi betyárleves szárnyas hússal Dejős metélt Alma	Zöldséges tarhonyaleves Sertéspörkölt Tejfölös szárazbab főzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Csontleves Lecsós csirkemell Sós burgonya Körte		
<u>Allergének:</u> 1,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,8	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,9,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:814 ZS: 29,9 TZS: 5,2 FH: 33,1 SZH: 98,7 CK: 4,8 SÓ: 0,5	EN: 668 ZS: 24,9 TZS: 7,6 FH: 22,5 SZH: 88,3 CK: 2,0 SÓ: 2,8	EN: 732 ZS: 22,1 TZS: 3,7 FH: 30,2 SZH: 98,4 CK: 25,6 SÓ: 1,7	EN: 753 ZS: 22,5 TZS: 5,6 FH: 43,2 SZH: 88,1 CK: 2,7 SÓ: 2,1	EN: 694 ZS: 22,2 TZS: 4,3 FH: 35,9 SZH: 82,2 CK: 17,6 SÓ: 1,9	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű zsemle Póréhagyma	Kapros citromos tonhalkrém Zsemle Zöldpaprika	Kefir Kifli	Sajtkrém Kifli Kaliforniai paprika	Zala felvágott Vajkrém Zsemle Kígyóborka		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,4,6,7,10	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:218 ZS: 6,6 TZS: 3,1 FH: 6,3 SZH: 30,0 CK: 1,0 SÓ: 0,9	EN: 295 ZS: 10,7 TZS: 1,8 FH: 15,6 SZH: 33,3 CK: 1,6 SÓ: 1,0	EN: 231 ZS: 6,7 TZS: 0,9 FH: 8,7 SZH: 33,0 CK: 0,7 SÓ: 0,5	EN: 217 ZS: 6,7 TZS: 4,0 FH: 6,6 SZH: 31,5 CK: 2,7 SÓ: 1,1	EN: 266 ZS: 11,6 TZS: 5,2 FH: 8,6 SZH: 31,0 CK: 0,3 SÓ: 1,4	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. 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) megtekinthető.

SZOMBATHELY

Általános iskola kiszállítás

2019.10.07.–2019.10.13.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Poharas tej Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kápia paprika <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN:287 ZS: ,8 TZS: 0,2 FH: 13,3 SZH: 43,1 CK: 0,7 SÓ: 0,8	Poharas kakaós tej Házi foszlós kalács <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 428 ZS: 11,2 TZS: 2,4 FH: 15,5 SZH: 64,6 CK: 29,0 SÓ: 0,3	Poharas tej Zöldfűszeres sajtkrém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 305 ZS: 8,4 TZS: 3,4 FH: 14,2 SZH: 44,4 CK: 2,0 SÓ: 1,7	Poharas kakaós tej Vaj Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 392 ZS: 14,7 TZS: 0,9 FH: 13,7 SZH: 50,1 CK: 23,9 SÓ: 0,8	Poharas tej Finomkrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 338 ZS: 8,2 TZS: 2,1 FH: 20,2 SZH: 42,1 CK: 1,5 SÓ: 1,2	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
--	---	---	--	--	---	---

EBÉD

Tojásos leves Vadas sertésragu Szarvacska tészta Alma <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10 EN:792 ZS: 30,7 TZS: 6,7 FH: 34,8 SZH: 88,9 CK: 4,3 SÓ: 1,2	Daragaluska leves Fűszeres csirke aprópecsenye Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Körte <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 710 ZS: 24,2 TZS: 5,0 FH: 32,6 SZH: 83,0 CK: 19,3 SÓ: 2,1	Hamis gulyásleves Rizsfelfújt Szilva csatni <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 718 ZS: 14,6 TZS: 4,8 FH: 20,6 SZH: 122,1 CK: 39,7 SÓ: 0,7	Magyaros gombaleves Sertés húspogácsa Tököfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 695 ZS: 23,0 TZS: 5,8 FH: 27,6 SZH: 88,9 CK: 14,2 SÓ: 2,4	Brokkoli leves <u>Halropogós</u> <u>zelleres kukoricamártással*</u> Párolt rizs <u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9 EN: 810 ZS: 20,6 TZS: 2,6 FH: 28,8 SZH: 120,9 CK: 6,2 SÓ: 2,6	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
---	--	---	---	--	---	---

UZSONNA

Gyümölcsjoghurt Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN:223 ZS: 3,2 TZS: 2,3 FH: 6,6 SZH: 40,9 CK: 14,2 SÓ: 0,6	Olasz felvágott Margarin Zsemle Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1 EN: 242 ZS: 8,8 TZS: 2,7 FH: 8,4 SZH: 31,2 CK: 0,4 SÓ: 1,3	Házi húspástétom Teljes kiőrlésű kifli Kigyóborka <u>Allergének:</u> 1,7,10 EN: 251 ZS: 9,0 TZS: 3,1 FH: 14,0 SZH: 27,7 CK: 1,1 SÓ: 1,3	Zöldségkrém Kifli Kaliforniai paprika <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 225 ZS: 5,7 TZS: 1,8 FH: 7,5 SZH: 34,9 CK: 1,8 SÓ: 0,6	Csirkemell sonka Margarin Zsemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1 EN: 204 ZS: 4,1 TZS: 0,6 FH: 12,5 SZH: 31,0 CK: 0,2 SÓ: 1,3	<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 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.

SZOMBATHELY

Általános iskola kiszállítás

2019.10.14.–2019.10.20.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Poharas tej Mogyorós krém Császárszemle <u>Allergének:</u> 1,5,7 EN:324 ZS: 10,0 TZS: 0,4 FH: 11,6 SZH: 45,2 CK: 10,3 SÓ: 0,4	Poharas tej Kapos túrókrém Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 326 ZS: 9,7 TZS: 3,7 FH: 17,8 SZH: 39,6 CK: 3,0 SÓ: 0,6	Poharas tej Mediterrán halkrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,10 EN: 363 ZS: 10,3 TZS: 1,1 FH: 22,3 SZH: 42,2 CK: 0,3 SÓ: 1,8	Poharas tej Kockasajt Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 332 ZS: 11,2 TZS: 5,4 FH: 13,9 SZH: 41,4 CK: 3,1 SÓ: 0,9	Poharas kakaós tej Briós <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 341 ZS: 7,8 TZS: 1,3 FH: 12,5 SZH: 53,7 CK: 30,5 SÓ: 0,6	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Reszelt tészta leves Svéd sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,9 EN:662 ZS: 18,5 TZS: 1,0 FH: 32,8 SZH: 85,1 CK: 0,7 SÓ: 1,3	Fahéjas szilvaleves Gombás csirkemáj Párolt rizs Házi csalamádé <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 712 ZS: 19,6 TZS: 4,8 FH: 32,3 SZH: 97,4 CK: 23,0 SÓ: 0,7	Sertés gulyásleves Darás tészta Sárgabarack velő <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN: 700 ZS: 16,4 TZS: 2,8 FH: 27,3 SZH: 106,7 CK: 17,6 SÓ: 1,1	Tyúk erőleves Sertés húsos paradicsomos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér Pogácsa <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 791 ZS: 28,5 TZS: 5,6 FH: 42,5 SZH: 85,3 CK: 8,0 SÓ: 2,0	Magyaros zellerleves Joghurtban pácolt csirkemell filé Snidlinges burgonyapüré Csemege uborka <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 700 ZS: 21,2 TZS: 3,7 FH: 41,7 SZH: 82,0 CK: 6,0 SÓ: 2,5	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Pizzás csiga Alma <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:333 ZS: 9,8 TZS: 3,5 FH: 11,3 SZH: 48,0 CK: 13,5 SÓ: 0,6	Majonézes-uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű zsemle <u>Allergének:</u> 1,3,10 EN: 252 ZS: 10,3 TZS: 1,7 FH: 8,7 SZH: 30,0 CK: 1,3 SÓ: 1,0	Füstölt sajtos brokkoli pástétom Zsemle Lilahagyma <u>Allergének:</u> 1,7,10 EN: 242 ZS: 6,2 TZS: 3,2 FH: 9,6 SZH: 35,4 CK: 0,7 SÓ: 1,1	Tavaszi felvágott Margarin Zsemle Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1 EN: 224 ZS: 6,9 TZS: 0,2 FH: 7,9 SZH: 31,3 CK: 0,1 SÓ: 1,3	Magvas sajtkrém Teljes kiőrlésű zsemle Reszelt sárgarépa <u>Allergének:</u> 1,7,11 EN: 331 ZS: 15,0 TZS: 3,3 FH: 11,4 SZH: 37,3 CK: 2,7 SÓ: 1,3	<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. 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; kkal/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.

SZOMBATHELY

Általános iskola kiszállítás

2019.10.21.–2019.10.27.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Poharas tej Méz Margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN:333 ZS: 5,6 TZS: 0,2 FH: 12,8 SZH: 58,6 CK: 16,2 SÓ: 1,2	Poharas kakaós tej Túrókrém Kőszegi módra Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 412 ZS: 13,1 TZS: 3,4 FH: 19,8 SZH: 51,7 CK: 25,4 SÓ: 1,0	Poharas tej Házi kakaós kalács <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 320 ZS: 7,3 TZS: 1,8 FH: 12,9 SZH: 48,8 CK: 9,0 SÓ: 0,1	Poharas tej Lestyanos sárgarépa pástétom Teljes kiőrlésű kifli <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 307 ZS: 9,0 TZS: 0,8 FH: 13,1 SZH: 41,6 CK: 1,9 SÓ: 1,0	Poharas kakaós tej Snidlinges sajtkrém Teljes kiőrlésű kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 376 ZS: 11,6 TZS: 4,1 FH: 15,6 SZH: 50,7 CK: 25,2 SÓ: 1,4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
---	---	---	---	--	---	---

EBÉD

Zöldborsóleves Bazsalikomos paradicsomos spagetti <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:728 ZS: 29,5 TZS: 9,1 FH: 28,4 SZH: 83,3 CK: 5,2 SÓ: 1,8	Tárkonyos zöldségleves Szezámagos szárnya hús roló Majorannás burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,11,12 EN: 650 ZS: 17,1 TZS: 3,7 FH: 27,6 SZH: 91,3 CK: 3,0 SÓ: 2,2	Csontleves Rakott karfiol árpagyönggyel Teljes kiőrlésű kenyér Alma <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 752 ZS: 21,4 TZS: 5,7 FH: 33,5 SZH: 97,8 CK: 12,2 SÓ: 2,0	Zöldségleves zabgaluskával Reszelt sajt Parajmártás Tört burgonya Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 802 ZS: 24,8 TZS: 8,3 FH: 29,9 SZH: 113,3 CK: 6,2 SÓ: 2,7	Hagyma krémleves Leves gyöngy Panírozott halrúd Karottás rizs Házi vegyes saláta <u>Allergének:</u> 1,4,7 EN: 732 ZS: 21,7 TZS: 2,8 FH: 24,0 SZH: 106,7 CK: 7,4 SÓ: 3,0	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
---	--	--	--	--	---	---

UZSONNA

Petrezselymes tojáskrém Teljes kiőrlésű zsemle Póréhagyma <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN:250 ZS: 7,1 TZS: 2,7 FH: 10,0 SZH: 32,9 CK: 2,1 SÓ: 0,9	Házi csirkemáj pástétom Császárszemle Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1,7,10 EN: 261 ZS: 8,4 TZS: 1,6 FH: 14,0 SZH: 30,9 CK: 2,9 SÓ: 0,6	Kefir Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 231 ZS: 6,7 TZS: 0,9 FH: 8,7 SZH: 33,0 CK: 0,7 SÓ: 0,5	Olasz felvágott Margarin Császárszemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 215 ZS: 9,2 TZS: 2,9 FH: 7,5 SZH: 24,8 CK: 1,0 SÓ: 1,1	Gépsonka Margarin Zsemle <u>Allergének:</u> 1 EN: 211 ZS: 4,6 TZS: 0,9 FH: 11,1 SZH: 29,9 CK: 0,1 SÓ: 1,1	<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. Csillagfű; 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

SZOMBATHELY

Általános iskola kiszállítás

2019.10.28.–2019.11.03.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Poharas tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:316 ZS: 5,5 TZS: 0,2 FH: 11,2 SZH: 53,2 CK: 11,0 SÓ: 0,7</p>	<p>Poharas tej Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 265 ZS: 5,8 TZS: 1,3 FH: 10,6 SZH: 40,8 CK: 7,2 SÓ: 0,3</p>	<p>Poharas tej Tojáskarika Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 315 ZS: 9,1 TZS: 1,1 FH: 15,2 SZH: 40,5 CK: 0,1 SÓ: 0,8</p>	<p>Poharas tej Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 298 ZS: 7,0 TZS: 0,6 FH: 19,7 SZH: 39,9 CK: 0,8 SÓ: 1,4</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>Tojásos leves Bakonyi sertéstokány Szarvacska tészta Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:738 ZS: 30,0 TZS: 7,0 FH: 35,2 SZH: 77,5 CK: 12,0 SÓ: 1,3</p>	<p>Reszelt tészta leves Rántott párizsi Kelkáposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,9,12</p> <p>EN: 778 ZS: 28,9 TZS: 6,8 FH: 28,2 SZH: 94,9 CK: 1,2 SÓ: 3,0</p>	<p>Szárazbab leves füstölt hússal Dejós aranygaluska Vaníliás öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8</p> <p>EN: 764 ZS: 17,3 TZS: 3,3 FH: 28,9 SZH: 120,7 CK: 25,3 SÓ: 0,3</p>	<p>Tejfőlös karfiolleves Pincepörkölt Félbarna kenyér Házi csalamádé</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 786 ZS: 18,0 TZS: 5,0 FH: 37,5 SZH: 116,1 CK: 11,0 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>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
UZSONNA	<p>Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</p> <p>EN:246 ZS: 7,0 TZS: 0,9 FH: 6,9 SZH: 33,3 CK: 2,6 SÓ: 1,2</p>	<p>Házi húspástétom Zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10</p> <p>EN: 271 ZS: 8,1 TZS: 2,8 FH: 14,3 SZH: 33,9 CK: 1,2 SÓ: 1,1</p>	<p>Zöldfűszeres túrókrém Teljes kiőrlésű kifli Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 228 ZS: 7,6 TZS: 3,8 FH: 11,7 SZH: 27,2 CK: 2,3 SÓ: 1,1</p>	<p>Szilvás lepény</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 250 ZS: 9,1 TZS: 4,0 FH: 4,5 SZH: 36,4 CK: 18,2 SÓ: 0,6</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. 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 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) megtekinthető.