

# ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

VESZPRÉM

Középiskola „A” és „B” menüs

2020. 03. 02.–2020. 03. 08.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

EBÉD A

Tojásleves  
Leccsós pulyka ragu  
Párolt rizs  
Narancs

Allergének:  
1,3

EN:859  
ZS: 38,2 TZS: 6,8 FH: 32  
SZH:93,7 CK:16,1 SÓ: 2,9

Csontleves  
Szezámagos szárnyas roló  
Sárgaborsó főzelék  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,9,11

EN: 891  
ZS: 22,5 TZS: 4 FH: 46,3  
SZH: 113,7 CK: 1 SÓ: 4,3

Sertés raguleves  
Túrós derelye  
Vaníliás tejföl  
Alma

Allergének:  
1,3,7,9

EN: 972  
ZS: 26,3 TZS: 9,4 FH: 32,7  
SZH: 142,9 CK: 30,8 SÓ: 3,1

Zellerleves  
Temesvári szárnyas ragu  
Párolt rizs  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,7,9

EN: 826  
ZS: 26,2 TZS: 5,4 FH: 32,2  
SZH: 111,1 CK: 2,6 SÓ: 3,7

Limonádé  
Rántott csirkemell  
Burgonyapüré  
Vegyes saláta

Allergének:  
1,3,7,12

EN: 844  
ZS: 13,7 TZS: 3,8 FH: 42,5  
SZH: 130,3 CK: 25,5 SÓ: 2,6

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

EBÉD B

Tojásleves  
Diós pritamínos halfasírt  
Petrezselymes burgonya  
Tartármártás  
Narancs

Allergének:  
1,3,4,7,8,10,12

EN:1033  
ZS: 47,7 TZS: 9,1 FH: 38  
SZH:99,2 CK:17,5 SÓ: 2

Csontleves  
Sertéshúsos csöben sült  
zöldségek  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,7,9

EN: 880  
ZS: 40,8 TZS: 14,8 FH: 41,8  
SZH: 80,9 CK: 4,8 SÓ: 3,9

Sertés raguleves  
Tejszínes gombás makaróni  
Reszelt sajt  
Alma

Allergének:  
1,3,7,9

EN: 920  
ZS: 40,8 TZS: 11,9 FH: 37,1  
SZH: 99,5 CK: 15,2 SÓ: 2,4

Zellerleves  
Gyros tál  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN: 905  
ZS: 31,5 TZS: 5,1 FH: 41,5  
SZH: 105,4 CK: 5 SÓ: 3,5

Limonádé  
Bácsi rizses hús  
Vegyes saláta

Allergének:  
12

EN: 696  
ZS: 24,3 TZS: 6,7 FH: 23,4  
SZH: 95,3 CK: 24,7 SÓ: 2,3

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

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. Szezám; 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 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.



VESZPRÉM

Középiskola „A” és „B” menüs

2020. 03. 09.–2020. 03. 15.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

EBÉD A

Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:		
EN:			EN:			EN:			EN:			EN:			EN:		
ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:
SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:

Erőleves Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér			Alföldi tésztaleves <b>Stroganoff csirkecsikok*</b> Párolt rizs			Fejlett bableves Sajtos-tejfölös tészta Alma			Daragaluska leves Rakott karfiol			Paradicsomleves Rántott halfilé Snidlinges burgonya <b>Majonézés tavaszi saláta*</b>					
Allergének: 1,3,7,9			Allergének: 1,3,7,9,10			Allergének: 1,3,7,9			Allergének: 1,3,7,9			Allergének: 1,3,4,7,9,10,12			Allergének:		
EN:645			EN: 843			EN: 880			EN: 713			EN: 934			EN:		
ZS: 32,2	TZS: 8,9	FH: 23,5	ZS: 39,8	TZS: 7,5	FH: 29,4	ZS: 35,7	TZS: 15,1	FH: 32,1	ZS: 38,2	TZS: 10	FH: 26,8	ZS: 25,6	TZS: 5,7	FH: 34,9	ZS:	TZS:	FH:
SZH: 61	CK: 4,3	SÓ: 4,3	SZH: 89	CK: 2	SÓ: 3	SZH: 99,3	CK: 15,1	SÓ: 2,3	SZH: 59,4	CK: 3,1	SÓ: 0,9	SZH: 133,8	CK: 27,5	SÓ: 2,3	SZH:	CK:	SÓ:

EBÉD B

Erőleves Eszterházy szárnyas ragu Orsó tészta Teljes kiőrlésű kenyér			Alföldi tésztaleves Főtt tojás Sós-kamartás Főtt burgonya Félbarna kenyér			Fejlett bableves Aranygaluska Vaníliás öntet Alma			Daragaluska leves Budapest szárnyas ragu Párolt rizs			Paradicsomleves Brassói csirke aprópecsenye Házi csalamádé					
Allergének: 1,3,7,9,10,12			Allergének: 1,3,7,9,12			Allergének: 1,3,6,7,8,9			Allergének: 1,3,9			Allergének: 1,3,9,12			Allergének:		
EN:891			EN: 865			EN: 1022			EN: 773			EN: 895			EN:		
ZS: 25	TZS: 4,4	FH: 38,5	ZS: 33,1	TZS: 8	FH: 24,9	ZS: 25,8	TZS: 8,4	FH: 23,9	ZS: 31,7	TZS: 4,8	FH: 29,6	ZS: 26,4	TZS: 4,6	FH: 34,4	ZS:	TZS:	FH:
SZH: 124,2	CK: 7,3	SÓ: 4	SZH: 102	CK: 21,2	SÓ: 2,8	SZH: 170,2	CK: 66	SÓ: 1,4	SZH: 90,9	CK: 1,2	SÓ: 3	SZH: 121,8	CK: 32,9	SÓ: 2,2	SZH:	CK:	SÓ:

Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:		
EN:			EN:			EN:			EN:			EN:			EN:		
ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:
SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést 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.

VESZPRÉM

Középiskola „A” és „B” menüs

2020. 03. 16.–2020. 03. 22.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:							
ZS:	TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:
SZH:	CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:
<b>EBÉD A</b>	<p>Karalábéleves Csikós szárnyas tokány Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:849 ZS: 39,5 TZS: 8,7 FH: 31,4 SZH:88,3 CK:1,3 SÓ: 3,3</p>	<p>Zsurmóka leves Főtt tojás Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 841 ZS: 34,7 TZS: 9,5 FH: 32,6 SZH: 85,6 CK: 12,4 SÓ: 2,7</p>	<p>Frankfurti leves Mákos metélt Teljes kiőrlésű kenyér Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,8,9,11,12</p> <p>EN: 1033 ZS: 22,7 TZS: 5,1 FH: 30,3 SZH: 172,6 CK: 58,8 SÓ: 3,5</p>	<p>Zöldség krémleves Leves gyöngy Hagymás csirkemáj Tört burgonya Csemege uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 847 ZS: 38,4 TZS: 8,8 FH: 33,4 SZH: 85,4 CK: 6 SÓ:4</p>	<p>100%-os gyümölcslé Grillfűszeres csirkemell Sajtmártás Karottás rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10</p> <p>EN: 805 ZS: 28,7 TZS: 5,8 FH: 38,6 SZH: 96,3 CK: 36,3 SÓ: 2,5</p>		
<b>EBÉD B</b>	<p>Karalábéleves Pusztapörkölt sertéshússal Cékla Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN:819 ZS: 33,5 TZS: 8,3 FH: 28 SZH:94 CK:7,1 SÓ: 4</p>	<p>Zsurmóka leves Mexikói pulyka tokány Petrezselymes rizs Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 889 ZS: 30,5 TZS: 7,2 FH: 33,7 SZH: 114,6 CK: 4,8 SÓ: 3,3</p>	<p>Frankfurti leves Lekváros bukta Teljes kiőrlésű kenyér Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12</p> <p>EN: 917 ZS: 21,2 TZS: 5,3 FH: 23,5 SZH: 151,3 CK: 51,4 SÓ: 2,8</p>	<p>Zöldség krémleves Leves gyöngy Sajtos halfilé Kukoricás rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9</p> <p>EN: 798 ZS: 34,5 TZS: 9,6 FH: 34,4 SZH: 86 CK: 2,5 SÓ:3,6</p>	<p>100%-os gyümölcslé Sült csirkecomb Lecsós karikaburgonya</p> <p><u>Allergének:</u> 12</p> <p>EN: 752 ZS: 23,9 TZS: 4 FH: 47,5 SZH: 81,2 CK: 33,9 SÓ: 1,8</p>		
	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:							
ZS:	TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:
SZH:	CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést 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.

VESZPRÉM

Középiskola „A” és „B” menüs

2020. 03. 23.–2020. 03. 29.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

	Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:																										
	EN:	ZS:	TZS:	FH:	SZH:	CK:	SÓ:	EN:	ZS:	TZS:	FH:	SZH:	CK:	SÓ:	EN:	ZS:	TZS:	FH:	SZH:	CK:	SÓ:																					
EBÉD A	Reszelt tésztaleves Pritaminos csirkeragu Petrezselymes rizs			Magyaros karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya Félbarna kenyér			Tárkonyos pulykabecsinált leves Káposztás kocka Alma			Zöldséges burgonyaleves Borsos szárnyas tokány Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér			Panírozott halrudacska Burgonyapüré Csemege uborka Csokoládés puding																													
	Allergének: 1,7,9			Allergének: 1,3,9,12			Allergének: 1,3,7,9,12			Allergének: 1,3,7,9,10,12			Allergének: 1,4,7,10,12																													
	EN:697	ZS: 27,1	TZS: 4,8	FH: 27,6	SZH:84,8	CK:1,7	SÓ: 2,9	EN: 857	ZS: 29,7	TZS: 6,9	FH: 30,2	SZH: 112,1	CK: 20,4	SÓ: 2,5	EN: 784	ZS: 19,5	TZS: 3,8	FH: 32,9	SZH: 116,1	CK: 26,7	SÓ: 1,5	EN: 985	ZS: 22,2	TZS: 4,4	FH: 52,6	SZH: 136	CK: 9,2	SÓ:3,7	EN: 798	ZS: 22,5	TZS: 5,8	FH: 29	SZH: 109,8	CK: 22,8	SÓ: 4	EN:	ZS:	TZS:	FH:	SZH:	CK:	SÓ:
EBÉD B	Reszelt tésztaleves Fokhagymás pulyka aprópecsenye Zöldbabfőzelék Félbarna kenyér			Magyaros karfiolleves Csirkepaprikás Galuska			Tárkonyos pulykabecsinált leves Darazsfészek Alma			Zöldséges burgonyaleves Rakott brokkoli Teljes kiőrlésű kenyér			Rántott csirkemell Karottás rizs Csemege uborka Csokoládés puding																													
	Allergének: 1,7,9			Allergének: 1,3,7			Allergének: 1,3,7,9,12			Allergének: 1,3,7,9,12			Allergének: 1,3,7,10																													
	EN:706	ZS: 26,3	TZS: 4,9	FH: 33,2	SZH:79,3	CK:9	SÓ: 3,7	EN: 792	ZS: 26,4	TZS: 5	FH: 36	SZH: 98,7	CK: 0,7	SÓ: 2,2	EN: 1005	ZS: 30,4	TZS: 5,6	FH: 33,6	SZH: 144,2	CK: 52,4	SÓ: 0,9	EN: 892	ZS: 31,1	TZS: 9,4	FH: 35,7	SZH: 108,5	CK: 3,5	SÓ:1,7	EN: 898	ZS: 23,7	TZS: 4,3	FH: 43,4	SZH: 124,4	CK: 19,6	SÓ: 4	EN:	ZS:	TZS:	FH:	SZH:	CK:	SÓ:
	Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:																				

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. 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 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.

VESZPRÉM

Középiskola „A” és „B” menüs

2020. 03. 30.–2020. 04. 05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:							
ZS:	TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:
SZH:	CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:
<b>EBÉD A</b>	Lebbencsleves Csirkepörkölt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN:811 ZS: 29,5 TZS: 6,2 FH: 32,6 SZH: 97 CK: 13,2 SÓ: 3,4	Sertés húsgombóc leves Gránátos kocka Cékla  <u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12 EN: 832 ZS: 30,2 TZS: 5,3 FH: 26,2 SZH: 110,8 CK: 10,4 SÓ: 2,9	Tojásleves Zöldborsós sertés ragu Petrezselymes rizs Alma  <u>Allergének:</u> 1,3 EN: 803 ZS: 30,6 TZS: 4,3 FH: 32,6 SZH: 97,1 CK: 11,5 SÓ: 2,3	Csontleves Szárnyas vagdalt Burgonyapüré Káposztasaláta Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 984 ZS: 24,7 TZS: 5,5 FH: 40,9 SZH: 139,4 CK: 11,3 SÓ: 3,7	Brokkoli krémleves Pírtott magvak Fűszeres paradicsomos csirkemell Kukoricás rizs  <u>Allergének:</u> 1,7,11 EN: 781 ZS: 29,4 TZS: 4,7 FH: 45,9 SZH: 80,2 CK: 5,5 SÓ: 3,6	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
<b>EBÉD B</b>	Lebbencsleves Szárnyas paella Káposztasaláta Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,12 EN:861 ZS: 17,5 TZS: 4 FH: 38,1 SZH: 131,7 CK: 10,5 SÓ: 2,5	Sertés húsgombóc leves Mákos guba Meggy öntet  <u>Allergének:</u> 1,3,7,8,9,11,12 EN: 953 ZS: 32,6 TZS: 7,1 FH: 29,7 SZH: 129,8 CK: 56,8 SÓ: 1,4	Tojásleves Bolognai spagetti Reszelt sajt Alma  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 1055 ZS: 53,2 TZS: 13,9 FH: 40,4 SZH: 101,9 CK: 26,2 SÓ: 3,3	Csontleves Marokkói csirkeragu Párolt rizs Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,9 EN: 849 ZS: 26,5 TZS: 3,9 FH: 33,6 SZH: 115,3 CK: 2,1 SÓ: 3,8	Brokkoli krémleves Pírtott magvak Sajtos-sonkás halfilé Petrezselymes burgonya Vegyes saláta  <u>Allergének:</u> 1,4,6,7,11,12 EN: 799 ZS: 33,5 TZS: 6,9 FH: 41,4 SZH: 76,5 CK: 10,4 SÓ: 1,8	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:							
ZS:	TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:	ZS: TZS: FH:
SZH:	CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	SZH: CK: SÓ:	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. Csillagfürt; 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.