

DUNAÚJVÁROS

Óvoda

2020.03.30.-2020.04.05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 278 ZS: 5,5 TZS: 2,4 FH: 11,8 SZH: 46,7 CK: 21,9 SÓ: 0,7</p>	<p>Tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 185 ZS: 3,4 TZS: 2,1 FH: 9,7 SZH: 28,1 CK: 4,8 SÓ: 0,9</p>	<p>Tejes kávé Kuglóf</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 9, 10</p> <p>EN: 271 ZS: 7,7 TZS: 1,6 FH: 11 SZH: 40,6 CK: 11,5 SÓ: 0,9</p>	<p>Tej Vajkrém Kifli Sárgarépa karika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6, 7</p> <p>EN: 292 ZS: 6,1 TZS: 3,5 FH: 12 SZH: 46,1 CK: 11,7 SÓ: 0,8</p>	<p>Tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3</p> <p>EN: 244 ZS: 8,7 TZS: 2,9 FH: 11,3 SZH: 26,7 CK: 3,4 SÓ: 0,5</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
--	---	--	---	---	---	---

EBÉD

<p>Lebbencsleves Csirkepörkölt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 9, 10, 12</p> <p>EN: 467 ZS: 13,3 TZS: 2,5 FH: 22,3 SZH: 61 CK: 7,5 SÓ: 2</p>	<p>Húsgombóc leves Burgonyás tészta Céklasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 9, 10, 12</p> <p>EN: 469 ZS: 14,4 TZS: 3,5 FH: 17,1 SZH: 64,1 CK: 6,2 SÓ: 2,3</p>	<p>Tojásleves Zöldborsos szárnyas ragu Petrezselymes rizs Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 10</p> <p>EN: 506 ZS: 12,5 TZS: 2,3 FH: 23,2 SZH: 72,1 CK: 5,3 SÓ: 2,3</p>	<p>Vajas galuska leves Szárnyas vagdalt Kelkáposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 9, 10, 12</p> <p>EN: 463 ZS: 14,2 TZS: 2,9 FH: 20,3 SZH: 59,6 CK: 2,4 SÓ: 2</p>	<p>Brokkoli krémleves Fűszeres paradicsomos csirkemell* Kukoricás rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 9, 10</p> <p>EN: 451 ZS: 11,1 TZS: 2,3 FH: 23,2 SZH: 62,5 CK: 4,2 SÓ: 1,8</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
--	---	---	--	--	---	---

UZSONNA

<p>Sajtkrém Kifli Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6, 7</p> <p>EN: 202 ZS: 3,8 TZS: 2,5 FH: 5,8 SZH: 32,8 CK: 2 SÓ: 0,7</p>	<p>Párizsi Margarin Zsemle Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6</p> <p>EN: 210 ZS: 6,8 TZS: 2,6 FH: 6,7 SZH: 30,3 CK: 0,7 SÓ: 0,9</p>	<p>Edámi sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 237 ZS: 10,6 TZS: 6,2 FH: 12,7 SZH: 22,9 CK: 0,4 SÓ: 0,9</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6, 10</p> <p>EN: 164 ZS: 3,5 TZS: 1,2 FH: 10,1 SZH: 24,2 CK: 0,7 SÓ: 0,8</p>	<p>Gyümölcsjoghurt Keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 6, 7, 8, 12</p> <p>EN: 224 ZS: 4,4 TZS: 2,4 FH: 6,1 SZH: 39,7 CK: 21,4 SÓ: 0,4</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</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 étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétet 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 étel fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

DUNAÚJVÁROS

Óvoda

2020.04.06.-2020.04.12.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 289 ZS: 5,5 TZS: 2,4 FH: 11,8 SZH: 51,1 CK: 26,3 SÓ: 0,7</p>	<p>Tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 10</p> <p>EN: 184 ZS: 4,5 TZS: 2,1 FH: 7,3 SZH: 26,9 CK: 4 SÓ: 0,6</p>	<p>Tea Magyaros vajkrém Félbarna kenyér Hónapos retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 166 ZS: 2,7 TZS: 1,7 FH: 5,5 SZH: 28,9 CK: 4,4 SÓ: 0,5</p>	<p>Vaníliás tej Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7</p> <p>EN: 285 ZS: 6,3 TZS: 2,9 FH: 11,3 SZH: 46,8 CK: 19,2 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>
EBÉD	<p>Magyaros zellerleves Pulykapörkölt Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9, 10</p> <p>EN: 450 ZS: 18,1 TZS: 2,6 FH: 11,9 SZH: 52,4 CK: 2,7 SÓ: 3,6</p>	<p>Bableves Aranygaluska Vaníliás öntet Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 8, 10</p> <p>EN: 594 ZS: 17,9 TZS: 4,7 FH: 22,3 SZH: 85,2 CK: 20,8 SÓ: 1,1</p>	<p>Daragaluska leves Paprikás burgonya Káposztasaláta Teljes kiőrlésű kenyér Húsvéti desszert</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12</p> <p>EN: 600 ZS: 20,9 TZS: 8,4 FH: 18,2 SZH: 78 CK: 16,2 SÓ: 2,7</p>	<p>Gyümölcsleves Rántott halfilé Rizibizi Tartármártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 4, 7, 10</p> <p>EN: 572 ZS: 20,6 TZS: 5,1 FH: 24,3 SZH: 87,9 CK: 14,9 SÓ: 1,8</p>	<p>Nagypéntek</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Húsvét</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	
UZSONNA	<p>Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6, 10</p> <p>EN: 182 ZS: 6,5 TZS: 2,6 FH: 7,2 SZH: 23,7 CK: 0,9 SÓ: 1</p>	<p>Gépsonka Margarin Szezámagos zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6, 8, 11</p> <p>EN: 218 ZS: 6,1 TZS: 1,4 FH: 10,1 SZH: 30,4 CK: 0,8 SÓ: 0,9</p>	<p>Trappista sajt Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6, 7</p> <p>EN: 262 ZS: 10,5 TZS: 6,2 FH: 12,4 SZH: 29,6 CK: 0,7 SÓ: 0,8</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 230 ZS: 10,7 TZS: 4,1 FH: 7,9 SZH: 25,2 CK: 0,7 SÓ: 1,1</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>	

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. Szezám; 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 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.

DUNAÚJVÁROS

Óvoda

2020.04.13.-2020.04.19.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

	Tej Tökmagos sajtkrém Félbarna kenyér	Kakaós tej Kalács	Tea Citrusos túrókrém Félbarna kenyér	Tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1, 7, 8	<u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7	<u>Allergének:</u> 1, 7	<u>Allergének:</u> 1, 3	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:	EN: 276	EN: 266	EN: 182	EN: 244	EN:	EN:
ZS:	ZS: 9	ZS: 6,4	ZS: 2,5	ZS: 8,7	ZS:	ZS:
TZS:	TZS: 3,8	TZS: 3,3	TZS: 1,5	TZS: 2,9	TZS:	TZS:
FH:	FH: 14,6	FH: 10,7	FH: 8,3	FH: 11,3	FH:	FH:
CK:	CK: 10,2	CK: 16,4	CK: 6,7	CK: 3,4	CK:	CK:
SÓ:	SÓ: 1	SÓ: 0,5	SÓ: 0,5	SÓ: 0,5	SÓ:	SÓ:
SZH:	SZH: 35,4	SZH: 42,7	SZH: 30,3	SZH: 26,7	SZH:	SZH:

EBÉD

Húsvét	Reszelt tésztaleves Húsgombóc Parajmártás Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér	Hamis gulyásleves Túrós tészta Alma	Paradicsomleves Mexikói csirkehúsos rizottó Káposztasaláta	Magyaros karalábéleves Rántott csirkemell Petrezselymes burgonya Amerikai káposztasaláta		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 9, 10, 12	<u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9	<u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9	<u>Allergének:</u> 1, 3, 9, 10, 12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:	EN: 600	EN: 499	EN: 458	EN: 560	EN:	EN:
ZS:	ZS: 21,7	ZS: 11,8	ZS: 12	ZS: 18,7	ZS:	ZS:
TZS:	TZS: 6	TZS: 4,5	TZS: 4	TZS: 2,5	TZS:	TZS:
FH:	FH: 25,3	FH: 20,9	FH: 21,4	FH: 26,3	FH:	FH:
CK:	CK: 3,3	CK: 9,5	CK: 13,7	CK: 2,7	CK:	CK:
SÓ:	SÓ: 3,4	SÓ: 1,7	SÓ: 1,6	SÓ: 2,7	SÓ:	SÓ:
SZH:	SZH: 71,1	SZH: 73,8	SZH: 65,5	SZH: 65,3	SZH:	SZH:

UZSONNA

	Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Kigyóuborka	Reszelt Edámi sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Sertés párizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Hónapos retek	Túró desszert Kifli		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1, 6, 10	<u>Allergének:</u> 1, 7	<u>Allergének:</u> 1, 6	<u>Allergének:</u> 1, 5, 6, 7, 8	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:	EN: 193	EN: 234	EN: 221	EN: 269	EN:	EN:
ZS:	ZS: 6,7	ZS: 10,6	ZS: 7	ZS: 6,1	ZS:	ZS:
TZS:	TZS: 2,3	TZS: 6,2	TZS: 2,7	TZS: 5	TZS:	TZS:
FH:	FH: 7,7	FH: 12,5	FH: 7,7	FH: 7,3	FH:	FH:
CK:	CK: 0,8	CK: 0,4	CK: 0,5	CK: 12,7	CK:	CK:
SÓ:	SÓ: 1	SÓ: 0,9	SÓ: 1	SÓ: 0,4	SÓ:	SÓ:
SZH:	SZH: 24,8	SZH: 22,6	SZH: 31,3	SZH: 43	SZH:	SZH:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztiszennyeződéssel 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 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.

DUNAÚJVÁROS
Óvoda
2020.04.20.-2020.04.26.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tej Gabonagolyó <u>Allergének:</u> 1, 5, 6, 7, 8 EN: 205 ZS: 4,3 TZS: 1,9 FH: 8,7 SZH: 34,6 CK: 19,7 SÓ: 0,3	Tea Körözött Félbarna kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 201 ZS: 3,5 TZS: 2,1 FH: 10,5 SZH: 30,3 CK: 5 SÓ: 0,8	Karamellás tej Teavaj Kifli <u>Allergének:</u> 1, 6, 7 EN: 237 ZS: 11,8 TZS: 7,9 FH: 11,2 SZH: 39,7 CK: 14 SÓ: 0,6	Őszibarackos házi joghurt Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 222 ZS: 5 TZS: 3,7 FH: 9,4 SZH: 33,1 CK: 8,6 SÓ: 0,6	Tea Majonézes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma <u>Allergének:</u> 1, 3, 10 EN: 201 ZS: 5,1 TZS: 1,2 FH: 7,7 SZH: 27,4 CK: 4 SÓ: 1,5	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	<u>Medvehagyma krémleves*</u> Kukoricás szárnyas ragu Párolt rizs <u>Allergének:</u> 1, 7, 10 EN: 461 ZS: 14,2 TZS: 2,5 FH: 20,5 SZH: 61,3 CK: 4,7 SÓ: 1,9	Magyaros gombaleves Szezám-magos vagdalt Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Kókuszgolyó <u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 EN: 600 ZS: 19,1 TZS: 10,8 FH: 24,2 SZH: 76,8 CK: 14,6 SÓ: 2,6	Csontleves Paradicsomos tonhalas spagetti Sajt szórat <u>Allergének:</u> 1, 3, 4, 7, 9 EN: 505 ZS: 13,6 TZS: 3,8 FH: 28,7 SZH: 66,1 CK: 5,7 SÓ: 2,4	Kertészleves Szárnyas pörkölt Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma <u>Allergének:</u> 1, 3, 9, 10 EN: 580 ZS: 13,1 TZS: 1,9 FH: 30,5 SZH: 76,4 CK: 3,5 SÓ: 2,3	Fahéjas almaleves Grill fűszeres csirkecomb filé Rizibizi Vegyes saláta <u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 6, 7, 8, 12 EN: 598 ZS: 19,1 TZS: 7 FH: 23,5 SZH: 80,3 CK: 18,8 SÓ: 1,8	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1, 6, 10 EN: 183 ZS: 6,5 TZS: 2,6 FH: 7,3 SZH: 24 CK: 0,9 SÓ: 1	Paprikás szalámi Margarin Zsemle <u>Allergének:</u> 1, 6 EN: 258 ZS: 10,9 TZS: 0,8 FH: 9,2 SZH: 29,7 CK: 0,7 SÓ: 1,2	Zöldfűszeres sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Hónapos retek <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 150 ZS: 3,5 TZS: 2,2 FH: 5,9 SZH: 23,8 CK: 0,7 SÓ: 0,8	Csirkemell sonka Margarin Zsemle Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1, 6, 10 EN: 183 ZS: 3,4 TZS: 1,1 FH: 9,7 SZH: 30,2 CK: 0,8 SÓ: 0,8	Kocka sajt Kifli <u>Allergének:</u> 1, 6, 7 EN: 197 ZS: 3,4 TZS: 2,2 FH: 6,3 SZH: 31,8 CK: 2,4 SÓ: 0,5	<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 keresztiszennyeződéssel 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 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.

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

DUNAÚJVÁROS

Óvoda

2020.04.27.-2020.04.30.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Sárgabarack dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 278 ZS: 5,5 TZS: 2,4 FH: 11,8 SZH: 46,7 CK: 21,9 SÓ: 0,7</p>	<p>Tea Vaníliás túrókrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6, 7</p> <p>EN: 198 ZS: 2,4 TZS: 1,5 FH: 7,7 SZH: 35,8 CK: 6,7 SÓ: 0,4</p>	<p>Tea Tojáskarika Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3</p> <p>EN: 244 ZS: 8,7 TZS: 2,9 FH: 11,3 SZH: 26,7 CK: 3,4 SÓ: 0,5</p>	<p>Tejbedara Kakaós szórát</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 191 ZS: 2,8 TZS: 1,5 FH: 8,8 SZH: 33,4 CK: 11 SÓ: 0,2</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>
--	---	--	--	--	--	--

EBÉD

<p>Zöldborsóleves Lecsós virsli Párolt rizs Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 10</p> <p>EN: 511 ZS: 18,2 TZS: 3,7 FH: 15,6 SZH: 68,3 CK: 4,6 SÓ: 3,9</p>	<p>Kukoricagaluska leves Rakott kelkáposzta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9, 10</p> <p>EN: 465 ZS: 19 TZS: 5,9 FH: 21,2 SZH: 50 CK: 1,4 SÓ: 1,6</p>	<p>Lencsegulyás Darás tészta Gyümölcsöntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 9</p> <p>EN: 511 ZS: 11,3 TZS: 1,9 FH: 22,9 SZH: 74,8 CK: 7,3 SÓ: 1,6</p>	<p>Tejfölös burgonyaleves Szárnycs paella Csemege uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9, 10</p> <p>EN: 486 ZS: 12,2 TZS: 2,4 FH: 20,2 SZH: 69,9 CK: 3,6 SÓ: 2,8</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>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	---	--	---	--	--	--

UZSONNA

<p>Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 154 ZS: 2,7 TZS: 1,7 FH: 5,2 SZH: 27,1 CK: 1,1 SÓ: 0,6</p>	<p>Gépsonka Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6</p> <p>EN: 175 ZS: 3,9 TZS: 1,3 FH: 9,7 SZH: 24,6 CK: 0,7 SÓ: 1</p>	<p>Tökmagos sajtkrém Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6, 7, 8</p> <p>EN: 227 ZS: 6,3 TZS: 2,5 FH: 7,3 SZH: 31,8 CK: 2 SÓ: 0,7</p>	<p>Búzakorpás fonottka</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 132 ZS: 0,7 TZS: 0 FH: 4,4 SZH: 26 CK: 0,1 SÓ: 0,7</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 keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutén tartalmozó 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 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.