

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 Halropogós zelleres kukoricamártással* 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

Poharas tej
Kapos túrókrém
Kifli

Poharas tej
Mediterrán halkrém
Teljes kiőrlésű kenyér

Poharas tej
Kockasajt
Kifli

Poharas kakaós tej
Briós

Allergének:
1,5,7

Allergének:
1,7

Allergének:
1,3,4,6,7,10

Allergének:
1,7

Allergének:
1,3,7

Allergének:

Allergének:

EN:324
ZS: 10,0 TZS: 0,4 FH: 11,6
SZH: 45,2 CK: 10,3 SÓ: 0,4

EN: 326
ZS: 9,7 TZS: 3,7 FH: 17,8
SZH: 39,6 CK: 3,0 SÓ: 0,6

EN: 363
ZS: 10,3 TZS: 1,1 FH: 22,3
SZH: 42,2 CK: 0,3 SÓ: 1,8

EN: 332
ZS: 11,2 TZS: 5,4 FH: 13,9
SZH: 41,4 CK: 3,1 SÓ: 0,9

EN: 341
ZS: 7,8 TZS: 1,3 FH: 12,5
SZH: 53,7 CK: 30,5 SÓ: 0,6

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Reszelt tészta leves
Svéd sárgaborsó főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Fahéjas szilvaleves
Gombás csirkemáj
Párolt rizs
Házi csalamádé

Sertés gulyásleves
Darás tészta
Sárgabarack velő

Tyúk erőleves
Sertés húsos paradicsomos
káposzta
Teljes kiőrlésű kenyér
Pogácsa

Magyaros zellerleves
Joghurtban pácolt csirkemell filé
Snidlinges burgonyapüré
Csemege uborka

Allergének:
1,3,9

Allergének:
1,7

Allergének:
1,3,9,12

Allergének:
1,3,7,9

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:

Allergének:

EN:662
ZS: 18,5 TZS: 1,0 FH: 32,8
SZH: 85,1 CK: 0,7 SÓ: 1,3

EN: 712
ZS: 19,6 TZS: 4,8 FH: 32,3
SZH: 97,4 CK: 23,0 SÓ: 0,7

EN: 700
ZS: 16,4 TZS: 2,8 FH: 27,3
SZH: 106,7 CK: 17,6 SÓ: 1,1

EN: 791
ZS: 28,5 TZS: 5,6 FH: 42,5
SZH: 85,3 CK: 8,0 SÓ: 2,0

EN: 700
ZS: 21,2 TZS: 3,7 FH: 41,7
SZH: 82,0 CK: 6,0 SÓ: 2,5

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Pizzás csiga
Alma

Majonézes-uborkás tojáskrém
Teljes kiőrlésű zsemle

Füstölt sajtos brokkoli pástétom
Zsemle
Lilahagyma

Tavaszi felvágott
Margarin
Zsemle
Jégcsapretek

Magvas sajtkrém
Teljes kiőrlésű zsemle
Reszelt sárgarépa

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,3,10

Allergének:
1,7,10

Allergének:
1

Allergének:
1,7,11

Allergének:

Allergének:

EN:333
ZS: 9,8 TZS: 3,5 FH: 11,3
SZH: 48,0 CK: 13,5 SÓ: 0,6

EN: 252
ZS: 10,3 TZS: 1,7 FH: 8,7
SZH: 30,0 CK: 1,3 SÓ: 1,0

EN: 242
ZS: 6,2 TZS: 3,2 FH: 9,6
SZH: 35,4 CK: 0,7 SÓ: 1,1

EN: 224
ZS: 6,9 TZS: 0,2 FH: 7,9
SZH: 31,3 CK: 0,1 SÓ: 1,3

EN: 331
ZS: 15,0 TZS: 3,3 FH: 11,4
SZH: 37,3 CK: 2,7 SÓ: 1,3

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. 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; kJ/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. Csillagfűt; 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. Rákkfélék; 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 munkatársaink! 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.