

SZOMBATHELY

Általános iskola felső tagozat kiszállítás

2022. 05. 02.–2022. 05. 08.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Zöldfűszeres sajtkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Pritamin paprika

Allergének:
1,7

EN:210
ZS: 4,4 TZS: 2,4 FH: 8,3
SZH:32,4 CK:1,3 SÓ: 1,1

Almalé 100%-os
Magyaros vajkrém
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,7

EN: 343
ZS: 10,6 TZS: 5,7 FH: 5,7
SZH:53,8 CK: 23,6 SÓ: 1,3

Poharas tej
Mogyorós krém
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,6,7,8

EN: 383
ZS: 12,3 TZS: 7,3 FH:10,9
SZH:51,8 CK: 21,2 SÓ: 1,1

Poharas kakaó
Margarin
Briós

Allergének:
1,3,6,7

EN: 453
ZS: 9,8 TZS: 4,5 FH: 10,1
SZH:51,4 CK: 27,1 SÓ: 0,4

Kefir
Kifli

Allergének:
1,7

EN: 214
ZS: 5,4 TZS: 2,9 FH: 8,8
SZH: 32,2 CK: 6,8 SÓ: 0,5

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Magyaros zöldborsóleves
Aranygaluska
Vaníliás öntet

Allergének:
1,3,7

EN:892
ZS: 23,4 TZS: 4,2 FH: 25,1
SZH:139,9 CK:40,6 SÓ: 0,4

Zöldséges tarhonyaleves
Paradicsomos húsos káposzta
Félbarna kenyér

Allergének:
1,9

EN: 475
ZS: 19,5 TZS: 4,7 FH: 18,7
SZH:53,9 CK: 11,1 SÓ: 2

Zabgaluska leves
Németalföldi tokány
Párolt rizs

Allergének:
1,3,7,9

EN: 708
ZS: 25,5 TZS: 4,9 FH:31,2
SZH:83,5 CK: 1,2 SÓ: 1,8

Kertészleves
Parajos-halás rakott tészta

Allergének:
1,4,7,12

EN: 559
ZS: 20,6 TZS: 9,7 FH: 26,8
SZH:61,2 CK: 6,6 SÓ: 1,7

Magyaros gombaleves
Főtt virsli
Tejfőlös burgonyafőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,6,7,12

EN: 617
ZS: 23,4 TZS: 6,3 FH: 18,2
SZH: 75,1 CK: 4,1 SÓ: 3,4

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Soproni felvágott
Margarin
Félbarna kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1,6

EN:241
ZS: 7,1 TZS: 2,3 FH: 8,5
SZH:33,1 CK:0,5 SÓ: 1,8

Kőszegi túrókrém
Félbarna kenyér
Reszelt sárgarépa

Allergének:
1,7,8

EN: 228
ZS: 4,9 TZS: 2,4 FH: 9,2
SZH:35,2 CK: 0,8 SÓ: 1,3

Csirkemáj pástétom
Félbarna kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1,7,10

EN: 243
ZS: 5,8 TZS: 1,6 FH:10,4
SZH:35,4 CK: 1,1 SÓ: 1,2

Petrezselymes tojáskrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Kigyóuborka

Allergének:
1,3,7,10

EN: 218
ZS: 5 TZS: 2,2 FH: 7,4
SZH:31,9 CK: 0,9 SÓ: 1

Magos pogácsa
Alma

Allergének:
1,3,7

EN: 338
ZS: 13 TZS: 2,1 FH: 9,3
SZH: 46,4 CK: 13,8 SÓ: 0,2

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. 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 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.

KÖRMEND

Általános iskola felső tagozat kiszállítás

2022. 05. 09.–2022. 05. 15.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Zala felvágott
Margarin
Félbarna kenyér
Saláta levél

Allergének:
1,6

EN:245
ZS: 7 TZS: 1,9 FH: 8,3
SZH:33,1 CK:0,5 SÓ: 1,8

Poharas tej
Reform piskóta

Allergének:
1,3,7

EN: 254
ZS: 8 TZS: 4,1 FH: 9,5
SZH:33,9 CK: 20,2 SÓ: 0,3

Finom túrókrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,3,7

EN: 221
ZS: 4,1 TZS: 1,8 FH:10,8
SZH:33,2 CK: 0,7 SÓ: 0,9

Almalé 100%-os
Vajkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Színes zöldségek

Allergének:
1,7

EN: 339
ZS: 9,7 TZS: 5,6 FH: 6
SZH:54,5 CK: 23,6 SÓ: 1,3

Majonézes tonhalkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Alma

Allergének:
1,3,4,6,10

EN: 277
ZS: 5,8 TZS: 0,8 FH: 10,8
SZH: 43 CK: 12,3 SÓ: 1,1

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Magyaros karfiollevés
Tejföl, túró
Hosszúmetélt

Allergének:
1,3,7

EN:538
ZS: 19,6 TZS: 7,2 FH: 21,6
SZH:63,3 CK:4,9 SÓ: 0,2

Hamis gulyásleves
Dinó szelet
Tökfőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 587
ZS: 19,1 TZS: 4,3 FH: 16,9
SZH:80,7 CK: 9,5 SÓ: 2,6

Májgaluska leves
Mákos guba
Meggyes öntet

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 753
ZS: 18,9 TZS: 4,5 FH:25,7
SZH:115,7 CK: 52 SÓ: 1,7

Csontleves
Svéd sárgaborsó főzelék
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,6,9

EN: 588
ZS: 15,3 TZS: 2,7 FH: 31,8
SZH:75,4 CK: 0,9 SÓ: 2,8

Francia hagymaleves
Pincepörkölt
Káposztasaláta

Allergének:
1,7,12

EN: 572
ZS: 23,9 TZS: 6,8 FH: 20,9
SZH: 63,5 CK: 12 SÓ: 2,6

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Paprikás szalámi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1

EN:258
ZS: 10,1 TZS: 3,6 FH: 8,3
SZH:31,6 CK:0,5 SÓ: 1,6

Sonkakrém
Félbarna kenyér
Reszelt sárgarépa

Allergének:
1,3,7,10

EN: 258
ZS: 7,7 TZS: 2,7 FH: 9,9
SZH:35,1 CK: 0,9 SÓ: 1,9

Sertés párizsi
Margarin
Félbarna kenyér
Saláta levél

Allergének:
1,6

EN: 214
ZS: 5,6 TZS: 0,9 FH:6,8
SZH:32,8 CK: 0,5 SÓ: 1,8

Habos puding
Kifli

Allergének:
1,7

EN: 327
ZS: 4,1 TZS: 2,4 FH: 8,1
SZH:63,1 CK: 29,7 SÓ: 0,7

Trappista sajt
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Saláta levél

Allergének:
1,7

EN: 241
ZS: 8 TZS: 4,2 FH: 9,3
SZH: 31 CK: 0,5 SÓ: 1,3

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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj vizsgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést 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.

KÖRMEND

Általános iskola felső tagozat kiszállítás

2022. 05. 16.–2022. 05. 22.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Poharas tej
Sárgabarack extra dzsem
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér

Húspástétom
Reszelt sárgarépa
Teljes kiőrlésű kenyér

Poharas tej
Kakaós szelet

Poharas tej
Margarin
Teljes kiőrlésű kifli

Gépsonka
Margarin
Zsemle
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

Allergének:
1,7,10

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,7

Allergének:
1,6

Allergének:

Allergének:

EN:349
ZS: 8,3 TZS: 4,6 FH: 10,4
SZH:52,6 CK:22,3 SÓ: 1,2

EN: 310
ZS: 11,8 TZS: 3,7 FH: 12,7
SZH:36 CK: 1,5 SÓ: 1

EN: 375
ZS: 12,7 TZS: 6,6 FH:11,6
SZH:49,9 CK: 23,2 SÓ: 0,3

EN: 252
ZS: 8,3 TZS: 4,6 FH: 9,6
SZH:29,9 CK: 9,5 SÓ: 0,9

EN: 202
ZS: 4,3 TZS: 1,1 FH: 9,2
SZH: 31,6 CK: 0,8 SÓ: 1,4

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Tojásleves
Sertés húspogácsa
Zöldbabfőzelék
Félbarna kenyér

Tárkonyos zöldségleves
Bácskai rizseshús
Cékla savanyúság

Kelbimbóleves
Bolognai halragu
Spagetti
Reszelt sajt

Vitamin leves
Virslis rakott burgonya
Spagetti
Lilakáposzta saláta

Húsgaluska leves
Szilvatöltelikes gombóc
Fahéjas porcukor

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,3,7,9,10,12

Allergének:
1,3,4,7,9

Allergének:
3,6,7,9,12

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:

Allergének:

EN:730
ZS: 32,4 TZS: 7,9 FH: 29,5
SZH:74,9 CK:2,5 SÓ: 2,5

EN: 682
ZS: 30,1 TZS: 8,7 FH: 22,7
SZH:77,3 CK: 9,1 SÓ: 2,5

EN: 670
ZS: 28 TZS: 9 FH:30,4
SZH:71,7 CK: 13,3 SÓ: 3,5

EN: 518
ZS: 16,6 TZS: 5,3 FH: 14,9
SZH:68,4 CK: 13,5 SÓ: 3,4

EN: 875
ZS: 24,2 TZS: 4,4 FH: 25,7
SZH: 146,1 CK: 37 SÓ: 2,1

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Diós sajtkrém
Félbarna kenyér
Alma

Sajtos csiga

Medvehagymás teljes kiőrlésű
rúd
Alma

Körözött
Félbarna kenyér
Zöldpaprika

Pizzás csiga

Allergének:
1,7,8

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,7

Allergének:
1,3,7

Allergének:

Allergének:

EN:352
ZS: 12,5 TZS: 3,1 FH: 11,3
SZH:45,5 CK:12,5 SÓ: 1,3

EN: 244
ZS: 8,2 TZS: 2,6 FH: 7,8
SZH:33,8 CK: 1,9 SÓ: 0,2

EN: 503
ZS: 29,7 TZS: 14,2 FH:14
SZH:46,5 CK: 13,8 SÓ: 0,5

EN: 218
ZS: 3,4 TZS: 2 FH: 10,4
SZH:34,2 CK: 0,6 SÓ: 1,1

EN: 253
ZS: 8,2 TZS: 2,6 FH: 8,2
SZH: 35,3 CK: 3,4 SÓ: 0,4

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 étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő 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.

KÖRMEND

Általános iskola felső tagozat kiszállítás

2022. 05. 23.–2022. 05. 29.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Poharas tej
Méz
Margarin
Félbarna kenyér

Poharas kakaó
Teljes kiőrlésű kalács

Almalé 100%-os
Mediterrán tonhalkrém
Félbarna kenyér

Füstölt baromfi párizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Saláta levél

Narancslé 100%-os
Szezámmagos sajtkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Reszelt sárgarépa

Allergének:
1,7

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,4,6,7,10,12

Allergének:
1

Allergének:
1,7,11

Allergének:

Allergének:

EN:357
ZS: 8 TZS: 4,4 FH: 10,2
SZH:57,4 CK:26,1 SÓ: 1,4

EN: 760
ZS: 13 TZS: 4,6 FH: 23,4
SZH:111,4 CK: 34,8 SÓ: 0,1

EN: 297
ZS: 3,6 TZS: 1,9 FH:9,4
SZH:55 CK: 23,5 SÓ: 1,3

EN: 239
ZS: 8,2 TZS: 2,7 FH: 8
SZH:31,5 CK: 0,5 SÓ: 1,5

EN: 304
ZS: 4,6 TZS: 2,3 FH: 8,5
SZH: 51,9 CK: 1,3 SÓ: 1,2

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Alföldi térsztaleves
Sertés húspogácsa
Lencsefőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Hortobágyi betyárleves
Gránátos kocka
Házi csalamádé

Zsályás zöldbabos sertésragu
leves
Rizsfelfújít
Szilvavelő

Daragaluska leves
Főtt tojás
Parajfőzelék
Főtt burgonya fél adag

Tyúkerőleves
Vadas sertésragu
Bulgur

Allergének:
1,3,7,9,10

Allergének:
1,3,9,12

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:
1,3,7,9,10,12

Allergének:

Allergének:

EN:921
ZS: 36,1 TZS: 10,1 FH: 41
SZH:101,3 CK:6,4 SÓ: 3,4

EN: 667
ZS: 18,7 TZS: 2,5 FH: 31,6
SZH:89,7 CK: 10,7 SÓ: 3,1

EN: 821
ZS: 22,6 TZS: 8,5 FH:24,1
SZH:125,9 CK: 46,7 SÓ: 0,4

EN: 444
ZS: 15,6 TZS: 3,2 FH: 15
SZH:53,7 CK: 8,1 SÓ: 1,9

EN: 867
ZS: 39,1 TZS: 8,3 FH: 33,9
SZH: 79,7 CK: 7,8 SÓ: 2,7

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Zala felvágott
Margarin
Félbarna kenyér
Saláta levél

Tavaszi felvágott
Margarin
Félbarna kenyér

Csemege szalámi
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle
Kígyóuborka

Stangli
Alma

Gyümölcsös joghurt
Kifli

Allergének:
1,6

Allergének:
1,6

Allergének:
1

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,7

Allergének:

Allergének:

EN:245
ZS: 7 TZS: 1,9 FH: 8,3
SZH:33,1 CK:0,5 SÓ: 1,8

EN: 221
ZS: 5,8 TZS: 1,8 FH: 8,5
SZH:32,8 CK: 0,4 SÓ: 1,7

EN: 230
ZS: 9,6 TZS: 3,7 FH:7,6
SZH:27,1 CK: 0,4 SÓ: 1,3

EN: 262
ZS: 6,7 TZS: 1,1 FH: 6,3
SZH:42,1 CK: 13,6 SÓ: 0

EN: 220
ZS: 2,3 TZS: 1,2 FH: 8
SZH: 40,9 CK: 14,4 SÓ: 0,7

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 vizsgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést 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.

KÖRMEND

Általános iskola felső tagozat kiszállítás

2022. 05. 30.–2022. 06. 05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Mogyorós krém
Poharas tej
Félbarna kenyér

Allergének:
1,6,7,8

EN:383
ZS: 12 TZS: 7,1 FH: 10,8
SZH:52,9 CK:21,2 SÓ: 1,3

Baromfi párizsi
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,6

EN: 211
ZS: 5,6 TZS: 0,7 FH: 7,9
SZH:32,4 CK: 0,5 SÓ: 1,8

Poharas tej
Teljes kiőrlésű kakaós kalács

Allergének:
1,3,7

EN: 642
ZS: 15,6 TZS: 7,1 FH:25
SZH:100 CK: 21,2 SÓ: 0,4

Reszelt sajt
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Pritamin paprika

Allergének:
1,7

EN: 277
ZS: 10,6 TZS: 5,9 FH: 11,8
SZH:31,6 CK: 0,5 SÓ: 1,5

Magyaros vajkrém
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,7

EN: 253
ZS: 10,6 TZS: 5,7 FH: 5,7
SZH: 31,6 CK: 1,4 SÓ: 1,3

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

EBÉD

Reszelt tésztalevés
Töltött káposzta
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:505
ZS: 21 TZS: 7,4 FH: 20,9
SZH:53,2 CK:3,7 SÓ: 5

Gulyásleves
Darás metélt
Szilvavelő

Allergének:
1,3,9,12

EN: 753
ZS: 22,2 TZS: 4,8 FH: 23,7
SZH:113,1 CK: 30,3 SÓ: 0,1

Csontleves
Főtt tojás
Sóskamártás
Főtt burgonya fél adag

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 411
ZS: 12,9 TZS: 3,7 FH:16
SZH:50,7 CK: 13,7 SÓ: 0,9

Köménymaglevés
Kenyérkocka
Hentes sertéstokány
Párolt rizs

Allergének:
1,6,10,12

EN: 755
ZS: 35,4 TZS: 8,6 FH: 25,5
SZH:82,7 CK: 1,6 SÓ: 2,4

Bableves
Túróval töltött zsemle

Allergének:
1,3,7,9

EN: 800
ZS: 16,3 TZS: 6,8 FH: 37,1
SZH: 119,3 CK: 20 SÓ: 1,7

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

UZSONNA

Tavaszi túrókrém
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN:238
ZS: 4,4 TZS: 2,7 FH: 11,4
SZH:35,1 CK:0,8 SÓ: 1,1

Brokkolikrém füstölt sajtos
Teljes kiőrlésű kenyér
Reszelt sárgarépa

Allergének:
1,7

EN: 212
ZS: 4,1 TZS: 2,3 FH: 8,3
SZH:33,7 CK: 0,8 SÓ: 1,2

Csirke máj pástétom
Félbarna kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1,7,10

EN: 243
ZS: 5,8 TZS: 1,6 FH:10,4
SZH:35,4 CK: 1,1 SÓ: 1,2

Mákos buka

Allergének:
1,3,7

EN: 280
ZS: 9,6 TZS: 1,5 FH: 7,8
SZH:39,2 CK: 6,5 SÓ: 0

Gépsonka
Margarin
Félbarna kenyér
Kígyóborka

Allergének:
1,6

EN: 206
ZS: 4,2 TZS: 1,1 FH: 9,2
SZH: 33,2 CK: 0,6 SÓ: 1,8

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:
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 vizsgálatot 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.