

Budapest

Általános Iskola Felső Tagozat

2023. 02. 27.–2023. 03. 05.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Fahéjas gabonapehely</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:254 ZS: 4 TZS: 2,8 FH: 8 SZH:42,4 CK:23,6 SÓ: 0,5</p>	<p>Gyümölcs tea Petrezselymes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 258 ZS: 6,3 TZS: 1,2 FH: 6,8 SZH:40 CK: 9,4 SÓ: 1</p>	<p>Gyümölcs tea Padlizsánkrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</p> <p>EN: 209 ZS: 2,9 TZS: 0,3 FH:4,6 SZH:38,7 CK: 8,4 SÓ: 0,9</p>	<p>Kakaós tej Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 321 ZS: 7,2 TZS: 4 FH: 10,5 SZH:50,3 CK: 25,5 SÓ: 0,6</p>	<p>Gyümölcs tea Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 252 ZS: 4,7 TZS: 1,8 FH: 9,4 SZH: 40,6 CK: 8,6 SÓ: 1,6</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
EBÉD	<p>Tejfőlés burgonyaleves Panírozott halrúd Petrezselymes rizs Tartármártás Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9,10,12</p> <p>EN:974 ZS: 43 TZS: 8,9 FH: 24,9 SZH:112,3 CK:18,4 SÓ: 1,5</p>	<p>Köménymaglevés Pírtott zsemlekocka Stefánia vagdalt Magyaros burgonyafőzelék</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 558 ZS: 25,7 TZS: 5,8 FH: 20,5 SZH:56,2 CK: 1,4 SÓ: 1,3</p>	<p>Sertésraguleves Sajtos-tejfőlés spagetti</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 694 ZS: 34,6 TZS: 14,8 FH:30,8 SZH:59,3 CK: 4,7 SÓ: 1</p>	<p>Zöldségleves Főtt sertészelet Meggymártás Pírtott dara</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 594 ZS: 18,4 TZS: 4,1 FH: 26,4 SZH:78,4 CK: 27,7 SÓ: 0,6</p>	<p>Fahéjas almaleves Pincepörkölt Csalamádé</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 548 ZS: 20,8 TZS: 6,2 FH: 20,8 SZH: 64,3 CK: 19,5 SÓ: 1,5</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
UZSONNA	<p>Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:231 ZS: 6,8 TZS: 4,1 FH: 6,3 SZH:34,2 CK:1,2 SÓ: 1,2</p>	<p>Trappista sajt Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 238 ZS: 7,7 TZS: 4 FH: 9,3 SZH:30,7 CK: 0,7 SÓ: 1,1</p>	<p>Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 243 ZS: 8,2 TZS: 2,9 FH:8,7 SZH:31,9 CK: 0,7 SÓ: 1,5</p>	<p>Baromfi párizsi Teljes kiőrlésű kenyér Margarin Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 245 ZS: 7,6 TZS: 2,5 FH: 7,8 SZH:34,7 CK: 1,8 SÓ: 1,7</p>	<p>Kockasajt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 203 ZS: 6,6 TZS: 4 FH: 7 SZH: 27,9 CK: 2,1 SÓ: 1,2</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 ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltásért 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.

Budapest

Általános Iskola Felső Tagozat

2023. 03. 06.–2023. 03. 12.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tejeskávé Fonott kalács <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:342 ZS: 7 TZS: 3,7 FH: 10,3 SZH:55,3 CK:24,3 SÓ: 0,7	Gyümölcsstea Sajtkrém Zsemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 234 ZS: 4,1 TZS: 2,2 FH: 8,2 SZH:38,9 CK: 9 SÓ: 0,9	Gyümölcsstea Mediterrán tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,4,6,7,10,12 EN: 237 ZS: 3,9 TZS: 2 FH:9,6 SZH:39,1 CK: 8,7 SÓ: 1,2	Tej Szamóca extra dzsem Margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 324 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,3 SZH:53,6 CK: 22,3 SÓ: 1,3	Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3 EN: 243 ZS: 5,2 TZS: 1,5 FH: 7,2 SZH: 38,2 CK: 7,9 SÓ: 1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Daragaluska leves Húsos paella Csalamádé <u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12 EN:655 ZS: 31,4 TZS: 8,9 FH: 25,9 SZH:65,5 CK:3,4 SÓ: 2,5	Eperkrémleves Bolognai penne <u>Allergének:</u> 1,7,9,12 EN: 720 ZS: 24,1 TZS: 6,4 FH: 26,4 SZH:98,8 CK: 39,1 SÓ: 0,6	Palóclevés Szilvatöltelikes gombóc Porcukor szórat Alma <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 998 ZS: 26,2 TZS: 5,6 FH:27,5 SZH:167,2 CK: 50,1 SÓ: 1,6	Kertészleves Zöldséges rizseshús Csalamádé <u>Allergének:</u> 1,10,12 EN: 591 ZS: 25,1 TZS: 6,1 FH: 22,6 SZH:67,6 CK: 1,5 SÓ: 3	Brokkolikrémleves Leves gyöngy Csirkepörkölt Bulgur Káposztasaláta <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 717 ZS: 19,9 TZS: 4,7 FH: 30,9 SZH: 90 CK: 12,7 SÓ: 0,9	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Kenőmájas Teljes kiőrlésű kifli Lilahagyma <u>Allergének:</u> 1,6,10 EN:215 ZS: 9,2 TZS: 0,2 FH: 7,9 SZH:23,6 CK:1,5 SÓ: 1,1	Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1 EN: 249 ZS: 9,8 TZS: 3,7 FH: 7,9 SZH:30,7 CK: 0,5 SÓ: 1,5	Vajkrém Zsemle Kigyóuborka <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 241 ZS: 9,5 TZS: 5,4 FH:5,8 SZH:31,2 CK: 1,6 SÓ: 1,1	Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika <u>Allergének:</u> 1 EN: 248 ZS: 8,4 TZS: 3,1 FH: 8,4 SZH:32,5 CK: 0,8 SÓ: 1,6	Túró desszert Kifli <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 217 ZS: 5,3 TZS: 3,6 FH: 5,7 SZH: 35,5 CK: 9 SÓ: 0,6	<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 étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltásért 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.

Budapest

Általános Iskola Felső Tagozat

2023. 03. 13.–2023. 03. 19.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Gyümölcs tea Sajtos pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:204 ZS: 6,5 TZS: 3,4 FH: 3,8 SZH:31,4 CK:8,2 SÓ: 0,9</p>	<p>Kakaós tej Margarin Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 307 ZS: 6,1 TZS: 2,8 FH: 10,6 SZH:48,4 CK: 22,3 SÓ: 0,9</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 333 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,2 SZH:57,4 CK: 26,1 SÓ: 1,3</p>	<p>Gyümölcs tea Majonéz tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</p> <p>EN: 274 ZS: 6,6 TZS: 1,3 FH: 7,4 SZH: 42,4 CK: 9,4 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>
EBÉD	<p>Pikáns karfiolkrémleves Pirított zsemlekocka Pritaminos sertésragu Petrezselymes rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:695 ZS: 28,3 TZS: 7,9 FH: 25,1 SZH:82,1 CK:6,6 SÓ: 0,5</p>	<p>Gulyásleves Dejős metélt</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 706 ZS: 23,7 TZS: 4,7 FH: 25,2 SZH:96 CK: 28,7 SÓ: 0,1</p>	<p>ÜNNEPNAP</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Citromos kerti leves Rántott sertésszelet Hagymás tört burgonya Párolt káposzta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 786 ZS: 32,8 TZS: 5,9 FH: 31,5 SZH:86,7 CK: 11,5 SÓ: 0,4</p>	<p>Magyaros gombaleves Hentes sertéstokány Bulgur</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 706 ZS: 28,7 TZS: 8,1 FH: 27,9 SZH: 70,2 CK: 2,1 SÓ: 1,6</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>
UZSONNA	<p>Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:224 ZS: 3,7 TZS: 2,1 FH: 10,5 SZH:35 CK:1,8 SÓ: 0,9</p>	<p>Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 243 ZS: 8,2 TZS: 2,9 FH: 8,7 SZH:31,9 CK: 0,7 SÓ: 1,5</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Füstölt baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 242 ZS: 8,1 TZS: 2,7 FH: 8,1 SZH:32 CK: 0,5 SÓ: 1,5</p>	<p>Habos puding</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 168 ZS: 2,8 TZS: 1,9 FH: 3,3 SZH: 32 CK: 25 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>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutén 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 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.

Budapest

Általános Iskola Felső Tagozat

2023. 03. 20.–2023. 03. 26.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Szilva extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:326 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,3 SZH:53,8 CK:22,5 SÓ: 1,3</p>	<p>Gyümölcsstea Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 238 ZS: 4,5 TZS: 1,4 FH: 9 SZH:38,3 CK: 7,9 SÓ: 1,7</p>	<p>Gyümölcsstea Barackos túrókrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 250 ZS: 2,7 TZS: 1,5 FH:8,7 SZH:45,6 CK: 13,3 SÓ: 1,1</p>	<p>Tejeskávé Foszlós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 351 ZS: 9,2 TZS: 4,5 FH: 11,2 SZH:52,7 CK: 26,7 SÓ: 0,8</p>	<p>Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 255 ZS: 5,2 TZS: 1,5 FH: 7,6 SZH: 41 CK: 9,2 SÓ: 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>
---	--	--	--	---	--	--

EBÉD

<p>Tavaszi leves Panírozott halrúd Párolt rizs Tartármártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,10,12</p> <p>EN:817 ZS: 37,7 TZS: 6,9 FH: 22,6 SZH:91,8 CK:7,8 SÓ: 2</p>	<p>Legényfogó leves Tejberizs Fahéjas porcukor</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN: 642 ZS: 15,3 TZS: 5,9 FH: 24 SZH:96,4 CK: 38,5 SÓ: 0,5</p>	<p>Édes gyökekrémleves Leves gyöngy Lecsós sertésragu Tarhonya</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 696 ZS: 30,3 TZS: 10 FH:27,4 SZH:76,9 CK: 10,9 SÓ: 1,5</p>	<p>Köménymagleves Pirított zsemlekočka Sült csirkecomb Pritaminos rizs Amerikai káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 752 ZS: 32,7 TZS: 4,6 FH: 42,5 SZH:69,3 CK: 8,6 SÓ: 3</p>	<p>Paradicsomleves Csirkeragu Jóasszony módra Pirított burgonya Uborkasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 696 ZS: 25,8 TZS: 5,2 FH: 27,7 SZH: 82,9 CK: 24,1 SÓ: 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>
--	--	---	---	--	--	--

UZSONNA

<p>Kenőmájás Teljes kiőrlésű kifli Póréhagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN:214 ZS: 9,3 TZS: 0,2 FH: 8,2 SZH:22,7 CK:0,3 SÓ: 1,1</p>	<p>Sajtkrém Császárszemle Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 220 ZS: 6,5 TZS: 3,6 FH: 8,2 SZH:31,8 CK: 2,5 SÓ: 0,8</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 256 ZS: 10,1 TZS: 3,6 FH:8,2 SZH:31,4 CK: 0,5 SÓ: 1,5</p>	<p>Libazsír Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 298 ZS: 15,7 TZS: 4,2 FH: 4,9 SZH:31,5 CK: 0,4 SÓ: 0,8</p>	<p>Nápolyi Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 156 ZS: 6 TZS: 3,8 FH: 1,8 SZH: 22,8 CK: 17,8 SÓ: 0</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 munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltásért 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.

Budapest

Általános Iskola Felső Tagozat

2023. 03. 27.–2023. 04. 02.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Csokis gabonagolyó</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:256 ZS: 4,6 TZS: 2,1 FH: 8,2 SZH:41,6 CK:23,6 SÓ: 0,3</p>	<p>Gyümölcsstea Csirkemell sonka Margarin Császárzsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 244 ZS: 6,2 TZS: 2,4 FH: 8,9 SZH:37,8 CK: 9,1 SÓ: 1,3</p>	<p>Gyümölcsstea Zöldfűszeres sajtkrém Félbarna kenyér Lekváros bukta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 364 ZS: 6,8 TZS: 3,6 FH:9 SZH:64,5 CK: 12,6 SÓ: 1,8</p>	<p>Vaníliás tej Fahéjas csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 355 ZS: 11,5 TZS: 6,3 FH: 8,1 SZH:51 CK: 30,7 SÓ: 0,5</p>	<p>Gyümölcsstea Petrezselymes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 264 ZS: 6,4 TZS: 1,2 FH: 7,2 SZH: 40,9 CK: 9,4 SÓ: 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>
EBÉD	<p>Kakukkfűves hagymakrémleves Milánói makaróni Sajt szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:608 ZS: 21,5 TZS: 8,7 FH: 30 SZH:71,9 CK:15,3 SÓ: 2,7</p>	<p>Gyümölcsleves Barbecue sertéssült Pirított burgonya Amerikai káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,10,12</p> <p>EN: 797 ZS: 33,4 TZS: 5,7 FH: 29 SZH:89 CK: 31,3 SÓ: 2,7</p>	<p>Lencseleves Lekváros bukta Alma Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 476 ZS: 7,1 TZS: 1,8 FH:16,7 SZH:82,7 CK: 16,2 SÓ: 1,1</p>	<p>Csontleves Temesvári sertésragu Petrezselymes rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 642 ZS: 28,9 TZS: 9,2 FH: 22,2 SZH:70 CK: 1,6 SÓ: 0,9</p>	<p>Zöldségkrémleves Leves gyöngy Sertéspörkölt Sós burgonya Ecetes almapiprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 585 ZS: 23,2 TZS: 7,9 FH: 24,1 SZH: 63,8 CK: 3,3 SÓ: 1,7</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>
UZSONNA	<p>Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:250 ZS: 9,8 TZS: 5,6 FH: 6 SZH:32,5 CK:1,4 SÓ: 1,3</p>	<p>Trappista sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 250 ZS: 8 TZS: 4,2 FH: 9,5 SZH:33,1 CK: 0,5 SÓ: 1,4</p>	<p>Füstölt baromfi párizsi Margarin Zsemle Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 233 ZS: 7,9 TZS: 2,6 FH:8 SZH:30,7 CK: 0,7 SÓ: 1,3</p>	<p>Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Csalamádé</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN: 254 ZS: 8,8 TZS: 3 FH: 8,7 SZH:33 CK: 1,2 SÓ: 3</p>	<p>Kockasajt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 203 ZS: 6,6 TZS: 4 FH: 7 SZH: 27,9 CK: 2,1 SÓ: 1,2</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>

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 étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltásért 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.