

VESZPRÉM

Általános Iskola Felső Tagozat

2022.08.29.–2022.09.04.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

NYÁRI SZÜNET

NYÁRI SZÜNET

NYÁRI SZÜNET

Gyümölcsstea
Pritaminos sajtkrém
Teljes kiőrlésű kenyér

Gyümölcsstea
Majonézes tojáskrém
Teljes kiőrlésű zsemle
Zöldpaprika

Allergének:

Allergének:

Allergének:

Allergének:
1,7,12

Allergének:
1,3,10,12

Allergének:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN: 228
ZS: 3,9 TZS: 2,2 FH: 7,6
SZH: 38,6 CK: 8,4 SÓ: 1,1

EN: 243
ZS: 6,4 TZS: 1,2 FH: 6,8
SZH: 36,5 CK: 9 SÓ: 0,8

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

NYÁRI SZÜNET

NYÁRI SZÜNET

NYÁRI SZÜNET

Meggyleves
Zöldséges rizseshús
Csemegeuborka

Kakukkfűves
hagymakrémleves
Pirított zsemlekocka
Bolognai spagetti
Reszelt sajt

Allergének:

Allergének:

Allergének:

Allergének:
1,7,10,12

Allergének:
1,7,9

Allergének:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN: 705
ZS: 24,8 TZS: 6,5 FH: 22,6
SZH: 96,6 CK: 32,4 SÓ: 2,6

EN: 727
ZS: 31 TZS: 11,1 FH: 32,8
SZH: 78 CK: 9,8 SÓ: 1,3

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

NYÁRI SZÜNET

NYÁRI SZÜNET

NYÁRI SZÜNET

Olasz felvágott
Margarin
Császárszemle
Saláta levél

Nápolyi
Alma

Allergének:

Allergének:

Allergének:

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1,3,6,7

Allergének:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN: 254
ZS: 11 TZS: 4,2 FH: 8,2
SZH: 30,7 CK: 1,6 SÓ: 1,4

EN: 156
ZS: 6 TZS: 3,8 FH: 1,8
SZH: 22,8 CK: 17,8 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. Csillagfürt; 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.

VESZPRÉM

Általános Iskola Felső Tagozat

2022.09.05.–2022.09.11.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:325 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,3 SZH:53,6 CK:22,3 SÓ: 1,3</p>	<p>Gyümölcsstea Sajtkrém napraforgómaggal Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 253 ZS: 5 TZS: 2,3 FH: 8,5 SZH:41,4 CK: 8,4 SÓ: 1,2</p>	<p>Karamellás tej Kakaós csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 342 ZS: 12 TZS: 6,6 FH:8,4 SZH:46,7 CK: 27,7 SÓ: 0,5</p>	<p>Gyümölcsstea Póréhagymás túrókrém Zsemle Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 241 ZS: 3,7 TZS: 2,1 FH: 10,1 SZH:39,1 CK: 8,1 SÓ: 0,7</p>	<p>Gyümölcsstea Tojáskarika Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 248 ZS: 5,2 TZS: 1,5 FH: 7,6 SZH: 39,2 CK: 7,7 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>Tarhonyaleves Dinó szelet Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:684 ZS: 17,1 TZS: 3,9 FH: 24 SZH:103,1 CK:22,7 SÓ: 1,9</p>	<p>Húsgaluska leves Gránátos kocka Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 650 ZS: 24,8 TZS: 5,3 FH: 23,2 SZH:80,4 CK: 9,2 SÓ: 3,6</p>	<p>Tojásleves Erdélyi rakott káposzta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 685 ZS: 39,6 TZS: 13 FH:24,1 SZH:51 CK: 5,3 SÓ: 4</p>	<p>Paradicsomleves Rántott halfilé Petrezselymes burgonya Tzatziki</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9,12</p> <p>EN: 710 ZS: 17,1 TZS: 3,2 FH: 23,7 SZH:109,2 CK: 20,3 SÓ: 1</p>	<p>Mentás zöldborsókrémleves Leves gyöngy Csikós sertéstokány Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 775 ZS: 34,6 TZS: 11,9 FH: 28 SZH: 82,6 CK: 3,4 SÓ: 0,5</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>Kenőmájas Búzakorpás diákrúdt Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,10</p> <p>EN:239 ZS: 10,1 TZS: 0,8 FH: 8,6 SZH:27,9 CK:1,3 SÓ: 1,2</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 247 ZS: 9,8 TZS: 3,4 FH: 7,8 SZH:30 CK: 0,7 SÓ: 1,3</p>	<p>Baromfi párizsi Margarin Császárszemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 225 ZS: 8,2 TZS: 2,1 FH:8,3 SZH:31,3 CK: 1,7 SÓ: 1,3</p>	<p>Edami sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 234 ZS: 7,4 TZS: 4 FH: 9,7 SZH:30,7 CK: 0,4 SÓ: 1,3</p>	<p>Erdei gyümölcsös joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 273 ZS: 4,9 TZS: 2,9 FH: 8,5 SZH: 47,5 CK: 19,1 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>
---	--	---	--	--	--	--

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 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.

VESZPRÉM

Általános Iskola Felső Tagozat

2022.09.12.–2022.09.18.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Sajtos stangli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:406 ZS: 6,9 TZS: 4,2 FH: 15,5 SZH:67,2 CK:12,3 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcsstea Petrezselymes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 256 ZS: 6,3 TZS: 1,2 FH: 6,8 SZH:39,7 CK: 9,1 SÓ: 1</p>	<p>Gyümölcsstea Padlizsánkrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 207 ZS: 2,9 TZS: 0,3 FH:4,6 SZH:38,4 CK: 8,1 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>Gyümölcsstea Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 250 ZS: 4,7 TZS: 1,8 FH: 9,4 SZH: 40,3 CK: 8,3 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>
--	---	--	--	--	--	--

EBÉD

<p>Tejfőlés burgonyaleves Lecsós virsli Tarhonya Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,9,12</p> <p>EN:866 ZS: 42,5 TZS: 14,2 FH: 23,6 SZH:87,8 CK:18,9 SÓ: 2,7</p>	<p>Fahéjas almaleves Zöldborsós csirkemáj Párolt rizs Lilakáposzta saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 699 ZS: 18,2 TZS: 3,7 FH: 27,7 SZH:105,9 CK: 31,1 SÓ: 3,2</p>	<p>Csirkeraguleves Morzsás nudli Gyümölcsöntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 691 ZS: 9 TZS: 0,9 FH:26,5 SZH:100,1 CK: 11,8 SÓ: 2,5</p>	<p>Zöldségleves Sertéspörkölt Fejtett babfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 760 ZS: 26,5 TZS: 7,3 FH: 35,2 SZH:89,5 CK: 6,5 SÓ: 2,3</p>	<p>Köménymagleves Pírtott zsemlekocka Rántott sertészelet Sárgarépás rizs Házi vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 892 ZS: 31,3 TZS: 5,2 FH: 33,8 SZH: 117,2 CK: 9,8 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>Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű kifli Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:187 ZS: 6,7 TZS: 4,1 FH: 5,6 SZH:24,3 CK:1 SÓ: 1</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 Kígyóuborka</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 Margarin Zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 209 ZS: 5,6 TZS: 0,7 FH: 8,2 SZH:31 CK: 0,7 SÓ: 1,4</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 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.

VESZPRÉM

Általános Iskola Felső Tagozat

2022.09.19.–2022.09.25.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tejeskávé Fonott kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:342 ZS: 7 TZS: 3,7 FH: 10,3 SZH:55,3 CK:24,3 SÓ: 0,7</p>	<p>Gyümölcsstea Sajtkrém Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 232 ZS: 4,1 TZS: 2,2 FH: 8,2 SZH:38,6 CK: 8,7 SÓ: 0,9</p>	<p>Gyümölcsstea Mediterrán tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,6,7,10,12</p> <p>EN: 236 ZS: 3,9 TZS: 2 FH:9,6 SZH:38,9 CK: 8,5 SÓ: 1,2</p>	<p>Tej Szamóca extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 324 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,3 SZH:53,6 CK: 22,3 SÓ: 1,3</p>	<p>Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 218 ZS: 5 TZS: 1,5 FH: 6,6 SZH: 33,9 CK: 7,6 SÓ: 0,8</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>
EBÉD	<p>Eperkrémleves Borsos sertéstokány Bulgur Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN:779 ZS: 26,7 TZS: 7,9 FH: 25,3 SZH:96,1 CK:34,3 SÓ: 1,8</p>	<p>Magyaros gombaleves Sertésfasírt Majorannás burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 643 ZS: 23,2 TZS: 6,4 FH: 23,6 SZH:78 CK: 2,2 SÓ: 2,3</p>	<p>Palócleves Mákos tészta Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 811 ZS: 28 TZS: 6,8 FH:25,6 SZH:110,6 CK: 45,1 SÓ: 0,1</p>	<p>Kertészleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 602 ZS: 19 TZS: 4,9 FH: 22 SZH:81,5 CK: 17,1 SÓ: 2,7</p>	<p>Brokkolikrémleves Leves gyöngy Húsos paella Káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 775 ZS: 35,3 TZS: 11,3 FH: 28,6 SZH: 83,8 CK: 14,8 SÓ: 3,2</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>
UZSONNA	<p>Kenőmájas Teljes kiőrlésű kifli Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN:215 ZS: 9,2 TZS: 0,2 FH: 7,9 SZH:23,6 CK:1,5 SÓ: 1,1</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 249 ZS: 9,5 TZS: 3,5 FH: 7,8 SZH:31,8 CK: 0,5 SÓ: 1,7</p>	<p>Vajkrém Zsemle Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 241 ZS: 9,5 TZS: 5,4 FH:5,8 SZH:31,2 CK: 1,6 SÓ: 1,1</p>	<p>Soproni felvágott Margarin Búzakorpás diákrúd Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 235 ZS: 9,3 TZS: 3,7 FH: 8,5 SZH:28,9 CK: 1,7 SÓ: 1,5</p>	<p>Túró desszert Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 6,7</p> <p>EN: 131 ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH: 2,1 SZH: 20,2 CK: 19,1 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. 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 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.

VESZPRÉM

Általános Iskola Felső Tagozat

2022.09.26.–2022.10.02.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Kakaós tej Margarin Teljes kiőrlésű kifli Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:287 ZS: 5,9 TZS: 2,7 FH: 10,4 SZH:43,2 CK:21,5 SÓ: 1</p>	<p>Gyümölcsstea Körözött Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 234 ZS: 3,4 TZS: 2 FH: 10,1 SZH:38,4 CK: 7,9 SÓ: 0,7</p>	<p>Gyümölcsstea Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 272 ZS: 9,7 TZS: 5,6 FH: 5,7 SZH:38,7 CK: 8,5 SÓ: 1,3</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>Gyümölcsstea Majonézes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 260 ZS: 6,5 TZS: 1,3 FH: 7 SZH: 39,7 CK: 9,1 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>
EBÉD	<p>Lebbencsleves Dijoni sertésragu Párolt rizs Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN:715 ZS: 27,7 TZS: 8 FH: 24,4 SZH:88,9 CK:14,5 SÓ: 0,6</p>	<p>Pikáns karfiolkrémleves Pirított napraforgómag Bazsalikomos paradicsomos spagetti Reszelt sajt</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 672 ZS: 28,7 TZS: 8 FH: 24,6 SZH:76,7 CK: 13 SÓ: 1,1</p>	<p>Gulyásleves Szilvatölteletes gombóc Fahéjas porcukor</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 883 ZS: 23,6 TZS: 4 FH: 25,8 SZH:148,3 CK: 31,6 SÓ: 1,6</p>	<p>Citromos kerti leves Sült virsli Sárgaborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 664 ZS: 24,7 TZS: 6,7 FH: 25,5 SZH:74,3 CK: 2,3 SÓ: 2,8</p>	<p>Csontleves Lilahagymás sajtkrémes sertésszelet Pritaminos rizs Vitaminálata</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 702 ZS: 30,8 TZS: 8,5 FH: 32,3 SZH: 71,2 CK: 13,2 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>
UZSONNA	<p>Sajtos pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:174 ZS: 6,5 TZS: 3,4 FH: 3,8 SZH:24 CK:0,8 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>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>Füstölt baromfi párizsi Margarin Búzakorpás diákrúd Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 229 ZS: 9 TZS: 3,3 FH: 8,2 SZH:28,4 CK: 1,4 SÓ: 1,4</p>	<p>Müzli szelet Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,6,12</p> <p>EN: 162 ZS: 1,9 TZS: 0,8 FH: 1,7 SZH: 33,2 CK: 26,4 SÓ: 0,1</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 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 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.