

Budapest

Általános iskola alsó tagozat

2022.05.30.–2022.06.05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Foszlós kalács	Tej Kukoricapehely	Gyümölcsstea Vajkrém Szezámagos zsemle Sárgarépa korong	Gyümölcsstea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcsstea Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér		
<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 7	<u>Allergének:</u> 1,7,11,12	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,6,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:305 ZS: 9,2 TZS: 4,5 FH: 11,1 SZH:41,4 CK:16,6 SÓ: 0,7	EN: 252 ZS: 3,5 TZS: 2 FH: 8,8 SZH:42,2 CK: 12,8 SÓ: 1	EN: 277 ZS: 11,2 TZS: 5,9 FH:6 SZH:37,5 CK: 8,7 SÓ: 1,1	EN: 240 ZS: 3,7 TZS: 2,1 FH: 10,2 SZH:39,3 CK: 7,7 SÓ: 0,9	EN: 231 ZS: 4,5 TZS: 1,2 FH: 9 SZH: 38,8 CK: 7,7 SÓ: 1,6	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Lebbencsleves Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldborsóleves Natúr sertés szelet Rozsdás mártás Tört burgonya Házi vegyes saláta	Sárgaborsóleves kolbásszal Darás metélt Baracköntet	Tavaszi leves Főtt tojás Parajmártás Főtt burgonya fél adag	Édes gyökekrémleves Leves gyöngy Szárnyas paella Csemegeuborka		
<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,9,12	<u>Allergének:</u> 1,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:534 ZS: 25,1 TZS: 9,7 FH: 22,1 SZH:49,3 CK:3,9 SÓ: 3,4	EN: 677 ZS: 32,4 TZS: 9,8 FH: 26,1 SZH:65 CK: 13,5 SÓ: 3,2	EN: 644 ZS: 16,8 TZS: 3,4 FH:20,5 SZH:94,4 CK: 17,8 SÓ: 0,6	EN: 288 ZS: 7,3 TZS: 2,2 FH: 12,5 SZH:36,5 CK: 4,2 SÓ: 0,8	EN: 578 ZS: 21,7 TZS: 6,5 FH: 25,6 SZH: 68,7 CK: 8,3 SÓ: 2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Sajtkrém Kifli Zöldpaprika	Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma	Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Zala felvágott Margarin Zsemle Jégcsapretek	Sajtos kifli Alma		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6,10	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:190 ZS: 4,5 TZS: 2,4 FH: 8,1 SZH:28,3 CK:2 SÓ: 0,8	EN: 259 ZS: 9,3 TZS: 0,2 FH: 8,6 SZH:33,5 CK: 1,7 SÓ: 1,4	EN: 249 ZS: 9,8 TZS: 3,7 FH:7,9 SZH:30,7 CK: 0,5 SÓ: 1,5	EN: 240 ZS: 7 TZS: 1,9 FH: 8,5 SZH:31,5 CK: 0,8 SÓ: 1,4	EN: 176 ZS: 1,5 TZS: 0,8 FH: 4,3 SZH: 35,1 CK: 11,9 SÓ: 0,5	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 munkatársaink! 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

HUNGAST

Kérlek még!

Budapest

Általános iskola alsó tagozat

2022.06.06.–2022.06.12.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

	Tejeskávé Fatörzs kifli			Tea Majonézes tonhalkrém Félbarna kenyér			Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér			Gyümölcs tea Petrezselymes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér					
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1,3,7			<u>Allergének:</u> 1,3,4,6,10,12			<u>Allergének:</u> 1,7			<u>Allergének:</u> 1,3,10,12			<u>Allergének:</u>		
EN:	EN: 310			EN: 256			EN: 325			EN: 267			EN:	EN:	EN:
ZS:	ZS: 6,5	TZS: 3,5	FH: 10	ZS: 5,5	TZS: 0,6	FH: 10	ZS: 5,4	TZS: 2,4	FH: 10,3	ZS: 7	TZS: 1,4	FH: 7,6	ZS:	TZS:	FH:
SZH:	CK: 49	CK: 23,4	SÓ: 0,6	SZH: 40	CK: 8,2	SÓ: 1,3	SZH: 53,6	CK: 22,3	SÓ: 1,3	SZH: 39,8	CK: 9,2	SÓ: 1,1	SZH:	CK:	SÓ:

EBÉD

ÜNNEPNAP	Csontleves Sült virsli Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér			Magyaros zöldbaleves Túrós derelye Vaníliás tejföl			Paradicsomleves Zöldséges rizses hús Csemegeuborka			Kertészleves Vadas sertésragu Makaróni tészta					
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12			<u>Allergének:</u> 1,3,7			<u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12			<u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12			<u>Allergének:</u>		
EN:0	EN: 651			EN: 649			EN: 624			EN: 557			EN:	EN:	EN:
ZS:	ZS: 21,6	TZS: 6,5	FH: 28,3	ZS: 12,3	TZS: 4,6	FH: 17,8	ZS: 24,6	TZS: 5,5	FH: 19,8	ZS: 23,7	TZS: 6,3	FH: 22,3	ZS:	TZS:	FH:
SZH:	CK: 80,6	CK: 6,1	SÓ: 3,5	SZH: 110,4	CK: 17,8	SÓ: 2,1	SZH: 80,3	CK: 22,3	SÓ: 2,7	SZH: 61,3	CK: 8,9	SÓ: 0,8	SZH:	CK:	SÓ:

UZSONNA

	Vajkrém Zsemle Retek			Füstölt baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka			Bécsi felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Saláta levél			Müzli szelet Alma					
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1,7			<u>Allergének:</u> 1			<u>Allergének:</u> 1			<u>Allergének:</u> 1,5,6,12			<u>Allergének:</u>		
EN:	EN: 242			EN: 239			EN: 261			EN: 128			EN:	EN:	EN:
ZS:	ZS: 9,5	TZS: 5,4	FH: 5,9	ZS: 8,2	TZS: 2,7	FH: 8,1	ZS: 10,6	TZS: 4,1	FH: 8,3	ZS: 1,9	TZS: 0,8	FH: 1,7	ZS:	TZS:	FH:
SZH:	CK: 31,3	CK: 1,6	SÓ: 1,2	SZH: 31,6	CK: 0,5	SÓ: 1,5	SZH: 31,7	CK: 0,5	SÓ: 1,6	SZH: 25,2	CK: 18,4	SÓ: 0,1	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. 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 étkezéstet 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.



ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Budapest

Általános iskola alsó tagozat

2022.06.13.–2022.06.19.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Méz Margarin Félbarna kenyér	Gyümölcsstea Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong	Karamellás tej Margarin Teljes kiőrlésű kifli	Gyümölcsstea Póréhagymás túrókrém Zsemle	Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:333 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,2 SZH:57,4 CK:26,1 SÓ: 1,3	EN: 244 ZS: 4,3 TZS: 2,4 FH: 8,3 SZH:41,1 CK: 8,5 SÓ: 1,2	EN: 271 ZS: 5,7 TZS: 2,6 FH:9,6 SZH:40,9 CK: 20,4 SÓ: 0,9	EN: 237 ZS: 3,6 TZS: 2,1 FH: 9,8 SZH:38,4 CK: 8,1 SÓ: 0,7	EN: 248 ZS: 5,2 TZS: 1,5 FH: 7,6 SZH: 39,2 CK: 7,7 SÓ: 1	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

EBÉD

Tarhonyaleves Dinó szelet Zöldborsófőzelék	Húsgaluska leves Gránátos kocka Cékla savanyúság	Limonádé Rántott sertés szelet Petrezselymes rizs Csalamádé	Bableves Tejbedara Fahéjas porcukor	Brokkolikrémleves Kenyérkocka Csikós sertéstokány Párolt rizs		
<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,10,12	<u>Allergének:</u> 1,7,9	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:512 ZS: 15,8 TZS: 3,6 FH: 21 SZH:68,1 CK:12,1 SÓ: 1	EN: 575 ZS: 22,8 TZS: 5 FH: 21,2 SZH:68,4 CK: 7,9 SÓ: 3,4	EN: 700 ZS: 22,6 TZS: 4 FH:27,5 SZH:96,2 CK: 11,4 SÓ: 2,4	EN: 440 ZS: 8,3 TZS: 2,9 FH: 15,1 SZH:71,5 CK: 35,4 SÓ: 0,4	EN: 640 ZS: 26,1 TZS: 8,4 FH: 22,3 SZH: 75,4 CK: 3,5 SÓ: 1,2	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

UZSONNA

Kenőmájas Teljeskiőrlésű kenyér Kigyóborka	Paprikás szalámi Margarin Zsemle	Túró desszert Alma	Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Barackos joghurt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1,6,10	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 6,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:250 ZS: 9 TZS: 0 FH: 8,4 SZH:32,3 CK:0,5 SÓ: 1,5	EN: 247 ZS: 9,8 TZS: 3,4 FH: 7,8 SZH:30 CK: 0,7 SÓ: 1,3	EN: 131 ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH:2,1 SZH:20,2 CK: 19,1 SÓ: 0	EN: 213 ZS: 3,4 TZS: 0,8 FH: 10 SZH:31,9 CK: 0,4 SÓ: 1,3	EN: 273 ZS: 4,9 TZS: 2,9 FH: 8,2 SZH: 47,5 CK: 19,1 SÓ: 0,7	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

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.



ÉTLAP

Budapest

Általános iskola alsó tagozat

2022.06.20.–2022.06.26.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Fahéjas gabonapehely	Gyümölcsstea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcsstea Tojáskrém Zsemle	Tej Briós	Gyümölcsstea Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika		
<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,3,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7	<u>Allergének:</u> 1,6,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:254 ZS: 4 TZS: 2,8 FH: 8 SZH:42,4 CK:23,6 SÓ: 0,5	EN: 213 ZS: 3,2 TZS: 0,5 FH: 4,8 SZH:39,3 CK: 7,9 SÓ: 1	EN: 241 ZS: 5 TZS: 1,9 FH:7,7 SZH:37,4 CK: 8,2 SÓ: 0,8	EN: 267 ZS: 7 TZS: 3,9 FH: 10,1 SZH:37,7 CK: 13,5 SÓ: 0,6	EN: 237 ZS: 4,6 TZS: 1,2 FH: 9,4 SZH: 39,7 CK: 7,7 SÓ: 1,6	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Tejfőlös burgonyaleves Lecsós virsli Tarhonya	Fahéjas almaleves Zöldborsós csirkemáj Párolt rizs Házi vegyes saláta	Magyaros karfiolleves Morzsás nudli Vanília ízű öntet	Húsleves Főtt sertés szelet Gyümölcsmártás Pirított dara	Limonádé Bolognai spagetti Reszelt sajt		
<u>Allergének:</u> 1,6,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,12	<u>Allergének:</u> 1,7,9,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:723 ZS: 36,8 TZS: 12,2 FH: 20,3 SZH:68,5 CK:7,2 SÓ: 1,6	EN: 620 ZS: 16,1 TZS: 3,2 FH: 23,1 SZH:95 CK: 27 SÓ: 2,2	EN: 713 ZS: 11,6 TZS: 2,1 FH:18 SZH:106 CK: 14,2 SÓ: 2,1	EN: 558 ZS: 20,3 TZS: 6,5 FH: 21,7 SZH:69,8 CK: 21,3 SÓ: 2	EN: 566 ZS: 24,4 TZS: 8,3 FH: 24,7 SZH: 61,8 CK: 17,9 SÓ: 1,8	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong	Trappista sajt Margarin Félbarna kenyér	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek	Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Kockasajt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:231 ZS: 6,8 TZS: 4,1 FH: 6,3 SZH:34,2 CK:1,2 SÓ: 1,2	EN: 271 ZS: 10,2 TZS: 5,7 FH: 11,3 SZH:31,8 CK: 0,5 SÓ: 1,7	EN: 246 ZS: 7,3 TZS: 2,1 FH:8,6 SZH:32,4 CK: 0,5 SÓ: 1,6	EN: 214 ZS: 5,9 TZS: 0,9 FH: 8,3 SZH:31,8 CK: 0,5 SÓ: 1,6	EN: 203 ZS: 6,6 TZS: 4 FH: 7 SZH: 27,9 CK: 2,1 SÓ: 1,2	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. Rákkfélek; 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 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.

Budapest

Általános iskola alsó tagozat

2022.06.27.–2022.07.03.

	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 Szezámagos zsemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7,11,12 EN: 231 ZS: 5,7 TZS: 2,6 FH: 8,3 SZH:35,9 CK: 8,6 SÓ: 0,8	Gyümölcsstea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 240 ZS: 3,7 TZS: 2,1 FH:10,2 SZH:39,3 CK: 7,7 SÓ: 0,9	Tej Mogyorós krém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,6,7,8 EN: 359 ZS: 9,4 TZS: 5,1 FH: 10,8 SZH:52,9 CK: 21,2 SÓ: 1,2	Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,12 EN: 241 ZS: 5,2 TZS: 1,5 FH: 7,3 SZH: 38 CK: 7,7 SÓ: 1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Zellerkrémleves Leves gyöngy Borsos sertéstokány Párolt rizs Csemegeuborka <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12 EN:637 ZS: 28 TZS: 9,1 FH: 20,6 SZH:74,1 CK:6,3 SÓ: 1,8	Magyaros gombaleves Sertés fasírt Majorannás burgonyafőzelék <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 515 ZS: 22,6 TZS: 6,2 FH: 19,9 SZH:52,5 CK: 1,9 SÓ: 1,6	Palócleves Mák szórát Hosszúmetélt <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 706 ZS: 26,2 TZS: 6,6 FH:23,6 SZH:90,8 CK: 30,9 SÓ: 0,1	Daragaluska leves Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya fél adag <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN: 496 ZS: 19,8 TZS: 4,9 FH: 18,4 SZH:58,6 CK: 16,6 SÓ: 2,1	Citromos kerti leves Bácskai rizses hús Csalamádé <u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12 EN: 561 ZS: 26,2 TZS: 7,7 FH: 19 SZH: 59,1 CK: 4 SÓ: 1,6	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma <u>Allergének:</u> 1,6,10 EN:259 ZS: 9,3 TZS: 0,2 FH: 8,6 SZH:33,5 CK:1,7 SÓ: 1,4	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	Eidami sajt Margarin Zsemle Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 261 ZS: 9,5 TZS: 5,4 FH:12,5 SZH:30,3 CK: 0,6 SÓ: 1,3	Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,6 EN: 241 ZS: 7,4 TZS: 2,5 FH: 8,7 SZH:32,1 CK: 0,5 SÓ: 1,6	Túró desszert Alma <u>Allergének:</u> 6,7 EN: 131 ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH: 2,1 SZH: 20,2 CK: 19,1 SÓ: 0	<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 munkatársaink! 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.