

ÉTLAP

HUNGAST

Budapest

Tejmentes

2017.12.04.–2017.12.10.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
TÍZÓRAI	Gyümölcs tea R Magyaros margarin TM Félbarna kenyér R Jégcsap retek R <u>Allergének:</u> glutén EN:284 ZS: 4,3 TZS: 0,2 FH: 5,5 SZH: 37,2 CK: 9,6 SÓ: 1,4	Citromos tea R Mini lekvár Félbarna kenyér R Mini margarin R <u>Allergének:</u> glutén, kéndioxid EN:286 ZS: 4,5 TZS: 1,4 FH: 5,2 SZH: 57,0 CK: 26,8 SÓ: 1,1	Citromos tea R Virslí allergénmentes Félbarna kenyér R Ketchup <u>Allergének:</u> glutén EN:184 ZS: 0,6 TZS: 0,2 FH: 5,5 SZH: 40,7 CK: 12,5 SÓ: 1,2	Gyümölcs tea R Meggyes puding TM Teljes kiőrlésű kenyér R <u>Allergének:</u> glutén EN:274 ZS: 1,8 TZS: 0,2 FH: 4,5 SZH: 57,2 CK: 11,4 SÓ: 0,9	Citromos tea R Lenmagos tojáskrém TM Teljes kiőrlésű kenyér R Paradicsom R <u>Allergének:</u> glutén, tojás, mustár EN:358 ZS: 16,6 TZS: 3,7 FH: 10,2 SZH: 41,2 CK: 9,0 SÓ: 1,2		
EBÉD	Zsúrmókaleves TM Brassói aprópecsenye R Pirított burgonya R Csemege uborka R <u>Allergének:</u> glutén, zeller, mustár EN:532 ZS: 18,5 TZS: 3,6 FH: 24,9 SZH: 63,2 CK: 0,7 SÓ: 2,7	Csontleves R Sertéssült R Paradicsomos káposztafőzelék R Teljes kiőrlésű kenyér R Alma <u>Allergének:</u> glutén, zeller EN:769 ZS: 23,3 TZS: 4,5 FH: 35,8 SZH: 94,6 CK: 20,6 SÓ: 3,0	Kertészleves R Majorannás sült csirkecomb Burgonyapüré TM Uborkasaláta R Gumicukor <u>Allergének:</u> glutén, zeller EN:947 ZS: 20,1 TZS: 2,4 FH: 31,7 SZH: 140, CK: 69,9 SÓ: 2,2	Tojásleves R Szárnyas vagdalt R Zöldbabfőzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér R Mandarin R <u>Allergének:</u> glutén, tojás, zeller EN:693 ZS: 22,7 TZS: 3,4 FH: 29,4 SZH: 84,8 CK: 15,1 SÓ: 4,6	Karfiollevés R Bolognai spagetti TM <u>Allergének:</u> glutén, tojás EN:581 ZS: 17,1 TZS: 3,0 FH: 28,7 SZH: 74,2 CK: 1,1 SÓ: 2,6		
UZSONNA	Csirkemell sonka R Mini margarin R Teljes kiőrlésű kenyér R Zöldpaprika R <u>Allergének:</u> glutén EN:202 ZS: 6,1 TZS: 1,7 FH: 12,3 SZH: 25,7 CK: 0,1 SÓ: 1,6	Mini margarin R Párizsi allergénmentes Teljes kiőrlésű zsemle R Kígyóuborka R <u>Allergének:</u> glutén EN:252 ZS: 10,5 TZS: 3,8 FH: 8,4 SZH: 32,1 CK: 0,7 SÓ: 1,5	Póréhagymás margarin Teljes kiőrlésű kenyér R Jégcsap retek R <u>Allergének:</u> glutén EN:255 ZS: 14,4 TZS: 6,1 FH: 4,7 SZH: 25,2 CK: 0,0 SÓ: 0,9	Mini margarin R Félbarna kenyér R Sárgarépa hasábok <u>Allergének:</u> glutén EN:171 ZS: 4,6 TZS: 1,4 FH: 5,3 SZH: 29,0 CK: 0,0 SÓ: 1,1	Zala felvágott R Félbarna kenyér R Mini margarin R <u>Allergének:</u> glutén EN:235 ZS: 10,5 TZS: 3,6 FH: 9,6 SZH: 26,8 CK: 0,0 SÓ: 1,9		

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról, továbbá a fenti ételek összetevőiről érdeklődj a konyhai személyzetnél! A szükség szerinti étlap változásáért 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.