

Budapest

Iskola felső

2019.09.30.–2019.10.06.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Fahéjas csiga	Citromos tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér	Tej Mogyorós krém Félbarna kenyér	Kakaós tej Vajkrém Császárszemle	Gyümölcsstea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,8,10,11	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,5,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:332 ZS: 12,3 TZS: 6,5 FH: 10,8 SZH: 44,3 CK: 25,0 SÓ: 0,5	EN: 294 ZS: 5,0 TZS: 2,5 FH: 12,8 SZH: 46,2 CK: 11,4 SÓ: 1,4	EN: 376 ZS: 10,5 TZS: 4,4 FH: 15,0 SZH: 57,8 CK: 23,7 SÓ: 1,3	EN: 379 ZS: 16,4 TZS: 8,2 FH: 11,7 SZH: 45,3 CK: 21,0 SÓ: 0,8	EN: 326 ZS: 10,0 TZS: 4,7 FH: 8,4 SZH: 47,6 CK: 9,5 SÓ: 1,9	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Hamis gulyásleves Sertéspörkölt Fejtettbab főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma	Vegyes gyümölcsleves Barbecue csirkeragu Párolt rizs Káposzta saláta	Kertészleves Paprikás burgonya virslivel Csemege uborka (édesítőszerrel) Félbarna kenyér	Bakonyi betyár leves Dejós nudli Félbarna kenyér	Paradicsomleves Fűszeres csirkecomb filé Petrezselymes burgonya Vegyes saláta		
<u>Allergének:</u> 1,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,7,10	<u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,5,6,9,10,11,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:778 ZS: 24,3 TZS: 5,8 FH: 40,0 SZH: 93,0 CK: 11,4 SÓ: 3,1	EN: 787 ZS: 16,5 TZS: 3,6 FH: 32,8 SZH: 121,6 CK: 36,5 SÓ: 0,8	EN: 714 ZS: 31,8 TZS: 6,7 FH: 22,1 SZH: 83,0 CK: 0,9 SÓ: 4,7	EN: 756 ZS: 18,9 TZS: 4,5 FH: 29,6 SZH: 100,3 CK: 22,5 SÓ: 2,4	EN: 752 ZS: 26,3 TZS: 2,3 FH: 32,5 SZH: 91,1 CK: 23,3 SÓ: 2,0	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Magyaros vajkrém Szezámmagos zsemle Zöldpaprika	Túrista szalámi Margarin Félbarna kenyér	Sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsap retek	Kockasajt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1,7,11	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:251 ZS: 10,3 TZS: 4,4 FH: 5,8 SZH: 32,5 CK: 1,2 SÓ: 1,2	EN: 255 ZS: 10,6 TZS: 3,5 FH: 10,3 SZH: 31,9 CK: 0,0 SÓ: 1,8	EN: 357 ZS: 14,1 TZS: 0,2 FH: 17,5 SZH: 36,0 CK: 0,0 SÓ: 2,2	EN: 291 ZS: 10,1 TZS: 3,0 FH: 11,1 SZH: 35,3 CK: 0,0 SÓ: 2,1	EN: 304 ZS: 14,8 TZS: 0,9 FH: 12,7 SZH: 27,6 CK: 0,7 SÓ: 0,9	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.

Budapest

Iskola felső

2019.10.07.–2019.10.13.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Gabonapehely</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,8,11</p> <p>EN:277 ZS: 4,8 TZS: 2,3 FH: 10,7 SZH: 46,4 CK: 26,9 SÓ: 0,5</p>	<p>Citromos tea Zöldfűszeres tojáskrém Félbarna kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10</p> <p>EN: 296 ZS: 10,4 TZS: 5,1 FH: 8,8 SZH: 43,5 CK: 9,4 SÓ: 1,3</p>	<p>Gyümölcsstea Soproni felvágott Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 277 ZS: 8,9 TZS: 2,8 FH: 9,5 SZH: 41,6 CK: 9,2 SÓ: 1,8</p>	<p>Tej Fonott kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 279 ZS: 6,8 TZS: 3,5 FH: 12,6 SZH: 40,8 CK: 16 SÓ: 0,9</p>	<p>Gyümölcsstea Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa hasábok</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 296 ZS: 5,7 TZS: 3,3 FH: 8,1 SZH: 50,3 CK: 11,2 SÓ: 1,8</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>Daragaluska leves Vadas sertéstokány Főtt tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10</p> <p>EN:729 ZS: 30,3 TZS: 6,3 FH: 31,7 SZH: 78,2 CK: 9,5 SÓ: 1,4</p>	<p>Magyaros zellerleves Lecsós csirkeragu Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 806 ZS: 30,8 TZS: 5,3 FH: 33,8 SZH: 83,3 CK: 16,5 SÓ: 3,1</p>	<p>Tarhonyaleves Túró töltelikes gombóc Vaníliás tejfőlés öntet Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 773 ZS: 22,7 TZS: 6,0 FH: 17,5 SZH:121,4 CK: 63,0 SÓ: 2,3</p>	<p>Tojásleves Vagdalt pogácsa Kerti főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 798 ZS: 31,7 TZS: 6,1 FH: 38,0 SZH: 84,0 CK: 3,6 SÓ: 4,6</p>	<p>Brokkolikrémleves Pírtott napraforgó mag Halropogós Párolt rizs Zelleres kukoricamártás*</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9</p> <p>EN: 827 ZS: 37,2 TZS: 5,9 FH: 24,0 SZH: 94,0 CK: 3,8 SÓ: 2,3</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 kenyér Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:294 ZS: 9,2 TZS: 3,8 FH: 11,4 SZH: 37,6 CK: 0,0 SÓ: 2,0</p>	<p>Gépsonka Margarin Zsemle Jégcsap reték</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 271 ZS: 5,5 TZS: 1,2 FH: 15,0 SZH: 38,5 CK: 0,1 SÓ: 1,3</p>	<p>Füstölt sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 346 ZS: 13,7 TZS: 6,6 FH: 15,3 SZH: 36,1 CK: 0,0 SÓ: 2,4</p>	<p>Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 255 ZS: 8,7 TZS: 2,4 FH: 11,3 SZH: 33,8 CK: 0,0 SÓ: 2,0</p>	<p>Habos puding</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 178 ZS: 3,2 TZS: 2,2 FH: 3,8 SZH: 33,0 CK: 22,2 SÓ: 0,0</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. 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 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

Iskola felső

2019.10.14.–2019.10.20.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Sajtos stangli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:277 ZS: 5,6 TZS: 2,9 FH: 13,0 SZH: 42,4 CK: 13,3 SÓ: 0,9</p>	<p>Gyümölcs tea Citrusos túrókrém Zsúrkenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 215 ZS: 4,1 TZS: 2,1 FH: 9,8 SZH: 34,0 CK: 17,9 SÓ: 0,5</p>	<p>Karamellás tej Vajkrém Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 383 ZS: 16,7 TZS: 8,3 FH: 11,5 SZH: 45,8 CK: 19,6 SÓ: 0,9</p>	<p>Citromos tea Főtt tojás karika Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 277 ZS: 5,5 TZS: 2,1 FH: 8,7 SZH: 46,7 CK: 9,2 SÓ: 1,0</p>	<p>Gyümölcs tea Tavaszi felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 316 ZS: 8,7 TZS: 0,2 FH: 10,4 SZH: 46,1 CK: 9,2 SÓ: 2,0</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>
--	---	--	---	---	--	--

EBÉD

<p>Gulyásleves Darás metélt Erdei gyümölcsös gyümölcsvelő</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN:819 ZS: 20,5 TZS: 3,5 FH: 31,6 SZH:121,7 CK: 16,5 SÓ: 0,9</p>	<p>Zöldségleves Húsgombóc sertéshúsból Paradicsom mártás Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 782 ZS: 28,1 TZS: 6,8 FH: 25,8 SZH: 99,3 CK: 8,8 SÓ: 1,8</p>	<p>Fahéjas szilvaleves Mexikói csirkemáj rizottó Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 719 ZS: 13,6 TZS: 3,7 FH: 32,9 SZH:111,6 CK: 27,5 SÓ: 1,5</p>	<p>Reszelttészta leves Sertéspörkölt Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9</p> <p>EN: 822 ZS: 24,6 TZS: 4,6 FH: 47,3 SZH: 96,1 CK: 1,9 SÓ: 2,7</p>	<p>Magyaros gombaleves Zöldséges tejszínes csirkeragu Bulgur Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 716 ZS: 22,1 TZS: 3,9 FH: 33,8 SZH: 90,9 CK: 11,4 SÓ: 2,0</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>
--	--	--	--	--	--	--

UZSONNA

<p>Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű zsemle Jégcsap retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:210 ZS: 6,6 TZS: 3,1 FH: 6,0 SZH: 30,4 CK: 0,9 SÓ: 0,8</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 305 ZS: 14,5 TZS: 5,0 FH: 11,4 SZH: 34,6 CK: 0,1 SÓ: 2,2</p>	<p>Sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 368 ZS: 14,1 TZS: 0,2 FH: 17,7 SZH: 38,2 CK: 0,0 SÓ: 2,2</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 208 ZS: 4,2 TZS: 0,6 FH: 14,3 SZH: 33,1 CK: 0,1 SÓ: 1,8</p>	<p>Gyümölcsös joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 270 ZS: 2,5 TZS: 1,5 FH: 9,5 SZH: 51,3 CK: 18,5 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. 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

Iskola felső

2019.10.21.–2019.10.27.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:353 ZS: 6,3 TZS: 2,2 FH: 14,5 SZH: 61,3 CK: 28,7 SÓ: 1,4</p>	<p>Citromos tea Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 294 ZS: 8,0 TZS: 2,3 FH: 8,8 SZH: 44,0 CK: 9,3 SÓ: 1,8</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Kakaós tej Kuglóf</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 302 ZS: 7,3 TZS: 2,0 FH: 16,5 SZH: 44,1 CK: 24,5 SÓ: 0,2</p>	<p>Citromos tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 326 ZS: 10,0 TZS: 4,7 FH: 8,4 SZH: 47,5 CK: 9,4 SÓ: 1,9</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 Sült virsli Zöldborsó főzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,12</p> <p>EN:848 ZS: 38,1 TZS: 8,8 FH: 33,0 SZH: 93,5 CK: 11,9 SÓ: 3,7</p>	<p>Zöldséges lencseleves Sajt szórat Bazsalikomos paradicsommártás Főtt tészta Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 818 ZS: 28,7 TZS: 9,5 FH: 34,2 SZH:101,6 CK: 21,1 SÓ: 1,8</p>	<p>ÜNNEPNAP</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Tárkonyos zöldségleves Csirkepörkölt Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 800 ZS: 31,3 TZS: 6,9 FH: 34,7 SZH: 89,5 CK: 3,8 SÓ: 2,0</p>	<p>Zellerkrém leves Pirított tökmag Sütőben sült halrudak Karottás rizs Tartár mártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9,10</p> <p>EN: 848 ZS: 42,7 TZS: 8,2 FH: 29,4 SZH: 80,6 CK: 5,1 SÓ: 3,1</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>Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:242 ZS: 5,6 TZS: 3,3 FH: 7,9 SZH: 37,3 CK: 2,0 SÓ: 1,8</p>	<p>Kenőmájás Zsemle Jégcsap retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 285 ZS: 9,0 TZS: 3,9 FH: 10,7 SZH: 38,4 CK: 0,1 SÓ: 1,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Párizsi Margarin Császárszemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 242 ZS: 10,2 TZS: 3,2 FH: 9,1 SZH: 26,5 CK: 0,7 SÓ: 1,3</p>	<p>Túró desszert Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 246 ZS: 7,1 TZS: 4,5 FH: 6,9 SZH: 38,3 CK: 11,8 SÓ: 0,6</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>
--	--	--	--	---	--	--

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 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!

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<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>	<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>	<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>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
EBÉD	<p>Őszi szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Őszi szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Őszi szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Őszi szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Őszi szünet</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>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
UZSONNA	<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>	<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>	<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>	<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 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.

