

Budapest

Általános Iskola Alsó Tagozat

2024. 09. 30.–2024. 10. 06.

	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:283 ZS: 5,6 TZS: 2,8 FH: 10,4 SZH:47,6 CK:22 SÓ: 0,93</p>	<p>Gyümölcs tea Mediterrán tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,6,7,10,12</p> <p>EN: 201 ZS: 2,7 TZS: 1,5 FH: 8,9 SZH:33,7 CK: 8,2 SÓ: 0,9</p>	<p>Gyümölcs tea Körözött Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 231 ZS: 3,2 TZS: 1,7 FH:10,2 SZH:38,4 CK: 9,2 SÓ: 0,76</p>	<p>Karamellás tej Fahéjas csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 353 ZS: 11,5 TZS: 6,3 FH: 8,1 SZH:51,2 CK: 32,7 SÓ: 0,51</p>	<p>Gyümölcs tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 222 ZS: 5,1 TZS: 1,5 FH: 6,8 SZH: 34,1 CK: 7,6 SÓ: 0,86</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 Paradicsomos húsos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN:505 ZS: 20,9 TZS: 6,1 FH: 20,8 SZH:53,6 CK:16 SÓ: 1,19</p>	<p>Palócleves Burgonyás tészta Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 584 ZS: 23,4 TZS: 6 FH: 20,9 SZH:68,9 CK: 7,6 SÓ: 1,83</p>	<p>Zellerkrémleves Pirított zsemlekocka Olaszos csirkemell Bulgur Szilva</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 585 ZS: 13,1 TZS: 2,4 FH:30,8 SZH:76,3 CK: 18,4 SÓ: 0,73</p>	<p>Meggyleves Svéd húsgolyó Barnamártás Főtt burgonya</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,10,12</p> <p>EN: 660 ZS: 23,4 TZS: 5,8 FH: 19,2 SZH:95,1 CK: 32,2 SÓ: 3,18</p>	<p>Fejtett bableves Tejbedara Kakaós szórát Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9</p> <p>EN: 516 ZS: 10,3 TZS: 3,6 FH: 17,8 SZH: 81,8 CK: 35 SÓ: 1,02</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>Kockasajt Kifli Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:246 ZS: 6,6 TZS: 4 FH: 7,6 SZH:37,7 CK:11,9 SÓ: 1,16</p>	<p>Sajtszelet Margarin Zsemle Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 247 ZS: 7,9 TZS: 4,4 FH: 9,7 SZH:32,2 CK: 0,6 SÓ: 1,1</p>	<p>Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 179 ZS: 3,2 TZS: 0,9 FH:8,7 SZH:27,4 CK: 0,9 SÓ: 1,59</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 223 ZS: 9,1 TZS: 3,3 FH: 7,4 SZH:26,4 CK: 0,5 SÓ: 1,34</p>	<p>Habos puding Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 236 ZS: 4,2 TZS: 2,8 FH: 2,7 SZH: 45,5 CK: 26,7 SÓ: 0,13</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 kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás ételről érdeklődj vizsgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést biztosítunk. A szükség szerinti ételváltoztatásért előre is elnézéstet 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.



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Budapest

Általános Iskola Alsó Tagozat

2024. 10. 07.–2024. 10. 13.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:291 ZS: 7,4 TZS: 4,1 FH: 10,7 SZH:44,9 CK:16,4 SÓ: 0,61</p>	<p>Gyümölcsstea Gépsonka Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 208 ZS: 4,4 TZS: 1,6 FH: 8,2 SZH:33,8 CK: 8,3 SÓ: 1,54</p>	<p>Kakaós tej Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 287 ZS: 4,2 TZS: 2,2 FH:10,4 SZH:47,9 CK: 22,3 SÓ: 0,79</p>	<p>Gyümölcsstea Sajtkrém Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 201 ZS: 2,3 TZS: 1,1 FH: 7,1 SZH:36,6 CK: 8,4 SÓ: 0,9</p>	<p>Gyümölcsstea Petrezselymes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 232 ZS: 5,5 TZS: 1,1 FH: 6,5 SZH: 35,6 CK: 9,2 SÓ: 1,04</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
EBÉD	<p>Paradicsomleves Tarhonyás hús Csemegeuborka Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12</p> <p>EN:678 ZS: 25,7 TZS: 5,8 FH: 23,8 SZH:85,9 CK:35,7 SÓ: 1,53</p>	<p>Zöldségleves Sült virsli Majorannás burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 453 ZS: 17,3 TZS: 5,6 FH: 14,6 SZH:55,3 CK: 3,4 SÓ: 1,94</p>	<p>Gyümölcsleves Kukorica morzsás csirkemell csíkok Rizibizí Amerikai káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 783 ZS: 25,4 TZS: 3,7 FH:23,6 SZH:111,1 CK: 35,3 SÓ: 2,52</p>	<p>Bakonyi betyárleves Morzsás nudli Gyümölcsöntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 804 ZS: 20,8 TZS: 6,1 FH: 23,7 SZH:103,8 CK: 13,2 SÓ: 2,34</p>	<p>Hamisgulyás Vegetáriánus chilis bab Félbarna kenyér Kókuszgolyó</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 581 ZS: 12,4 TZS: 4,9 FH: 26,7 SZH: 88,4 CK: 17,3 SÓ: 1,29</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
UZSONNA	<p>Vajkrém napraforgómaggal Teljes kiőrlésű zsemle Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:208 ZS: 7,1 TZS: 3,9 FH: 5,9 SZH:28,5 CK:1 SÓ: 0,86</p>	<p>Reszelt sajt Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 244 ZS: 7,9 TZS: 4,4 FH: 9,8 SZH:31,2 CK: 1,2 SÓ: 1,05</p>	<p>Sertéspárizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 215 ZS: 8 TZS: 2,9 FH:7,4 SZH:26,8 CK: 0,4 SÓ: 1,39</p>	<p>Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 209 ZS: 7,7 TZS: 2,9 FH: 7,9 SZH:26,7 CK: 0,6 SÓ: 1,22</p>	<p>Piros gyümölcsös joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 250 ZS: 4,3 TZS: 2,5 FH: 7,5 SZH: 44 CK: 16,1 SÓ: 0,65</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 kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel 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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézést 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Budapest

Általános Iskola Alsó Tagozat

2024. 10. 14.–2024. 10. 20.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tejeskávé Fonott kalács <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:352 ZS: 8,5 TZS: 4,5 FH: 10,6 SZH:53,9 CK:24,5 SÓ: 0,71	Gyümölcs tea Zöldfűszeres sajtkrém Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 228 ZS: 4,1 TZS: 2,3 FH: 5,9 SZH:39,7 CK: 9,8 SÓ: 1,1	Gyümölcs tea Körözött Teljes kiőrlésű kifli <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 193 ZS: 3,4 TZS: 1,9 FH:9,6 SZH:29,4 CK: 8,8 SÓ: 0,71	Tej Ízes bukta <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 283 ZS: 7,4 TZS: 3,2 FH: 10,7 SZH:43,4 CK: 18,9 SÓ: 0,51	Gyümölcs tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,3,12 EN: 225 ZS: 5,1 TZS: 1,5 FH: 6,9 SZH: 34,3 CK: 8,1 SÓ: 0,86	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EBÉD	Zöldborsó leves Édes-savanyú csirkecsikok Párolt rizs Alma <u>Allergének:</u> 1,3,6,9,12 EN:555 ZS: 13,1 TZS: 2,1 FH: 22,9 SZH:84,3 CK:23,4 SÓ: 1,41	Tojásleves Székelykáposzta Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 459 ZS: 27,3 TZS: 8,9 FH: 20,4 SZH:30,5 CK: 4,5 SÓ: 3,18	Gulyásleves Tejbedara Kakaós szörözt Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 580 ZS: 16 TZS: 6,3 FH:23,1 SZH:79,1 CK: 34,1 SÓ: 1,01	Kakukkfűves hagymakrémléves Pirított zsemlekočka Panírozott halrúd Petrezselymes rizs Tartármártás <u>Allergének:</u> 1,3,4,7,10 EN: 720 ZS: 31 TZS: 6,2 FH: 19,7 SZH:89,1 CK: 9,3 SÓ: 1,82	Lencseleves Amerikai sajtos tészta <u>Allergének:</u> 1,7,10 EN: 568 ZS: 20 TZS: 7,3 FH: 23,5 SZH: 69,6 CK: 10,7 SÓ: 1,13	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
UZSONNA	Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma <u>Allergének:</u> 1 EN:227 ZS: 7,8 TZS: 2,8 FH: 7,9 SZH:29,5 CK:2,4 SÓ: 1,21	Csemege szalámi Margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1 EN: 213 ZS: 9,2 TZS: 3,4 FH: 6,6 SZH:25,7 CK: 0,7 SÓ: 1,32	Sajtszelet Margarin Félbarna kenyér Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 213 ZS: 8 TZS: 4,6 FH:9 SZH:26,1 CK: 0,6 SÓ: 1,06	Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1 EN: 186 ZS: 3,9 TZS: 1,2 FH: 8,7 SZH:27,8 CK: 0,5 SÓ: 1,39	Kockasajt Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 203 ZS: 6,6 TZS: 4 FH: 7 SZH: 27,9 CK: 2,1 SÓ: 1,15	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézést 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.



A **HÜSMENTES PÉNTEK**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Budapest

Általános Iskola Alsó Tagozat

2024. 10. 21.–2024. 10. 27.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Kakaós csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:328 ZS:14 TZS:7,8 FH:8,8 SZH:37,7 CK:20,2 SÓ:0,66</p>	<p>Gyümölcs tea Meggyes túrókrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:238 ZS:2,6 TZS:1,4 FH:8,8 SZH:43 CK:13,8 SÓ:0,65</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Tej Croissant</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:289 ZS:15,2 TZS:8,2 FH:9,9 SZH:27,7 CK:10,9 SÓ:1,25</p>	<p>Gyümölcs tea Majonéz tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN:235 ZS:5,7 TZS:1,2 FH:6,8 SZH:35,5 CK:9,1 SÓ:1,01</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 Barbecue csirkeragu Petrezselymes burgonya Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,9,12</p> <p>EN:435 ZS:10,5 TZS:2,2 FH:20,9 SZH:59 CK:12,6 SÓ:1,42</p>	<p>Édes gyökekrémleves Leves gyöngy Bolognai Spagetti Sajt szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN:669 ZS:29,4 TZS:11 FH:28,7 SZH:70,8 CK:12,2 SÓ:0,88</p>	<p>ÜNNEPNAP</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Tejfölös karfiolleves Bácskai rizseshús Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN:574 ZS:26,9 TZS:8,5 FH:20,1 SZH:61,1 CK:6,6 SÓ:1,72</p>	<p>Lebbencsleves Túrótöltelikes gombóc Porcukor szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:798 ZS:14,3 TZS:2 FH:20,4 SZH:143,9 CK:24,6 SÓ:2,26</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>Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:202 ZS:6,7 TZS:4,1 FH:5,6 SZH:28,1 CK:2,1 SÓ:0,97</p>	<p>Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:174 ZS:3,2 TZS:0,9 FH:8,6 SZH:26,5 CK:0,4 SÓ:1,6</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:218 ZS:7,6 TZS:2,8 FH:8,1 SZH:27,8 CK:0,4 SÓ:1,21</p>	<p>Sajtos pogácsa Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:209 ZS:6,5 TZS:3,2 FH:4 SZH:32,3 CK:10,2 SÓ:1,11</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 kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztyszennyeződéssel 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. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézéstet 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.



A **HÜSMENTES PÉNTEK** fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Budapest

Általános Iskola Alsó Tagozat

2024. 10. 28.–2024. 11. 03.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

ŐSZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

ŐSZI SZÜNET

Allergének:

EN: 0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

ŐSZI SZÜNET

Allergének:

EN: 0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

ŐSZI SZÜNET

Allergének:

EN: 0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN: 0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztyszennyeződéssel 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézéstet 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.