

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

BUDAPEST

ÁLTALÁNOS ISKOLA

2021.11.01.–2021.11.07.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

ÜNNEPNAP

Tej
Fatörzs kifli

Gyümölcsstea
Túrókrém
Félbarna kenyér

Tej
Sárgabarack extra dzsem
Margarin
Félbarna kenyér

Gyümölcsstea
Főtt tojás
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Paradicsom

Allergének:

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,7,12

Allergének:
1,7

Allergének:
1,3,12

Allergének:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EN: 265
ZS: 6,5
SZH: 37,7
TZS: 3,5
CK: 13,4
FH: 9,9
SÓ: 0,6

EN: 243
ZS: 3,6
SZH: 40,4
TZS: 2,1
CK: 7,8
FH: 9,8
SÓ: 1,1

EN: 325
ZS: 5,4
SZH: 53,6
TZS: 2,4
CK: 22,3
FH: 10,3
SÓ: 1,3

EN: 248
ZS: 5,2
SZH: 39,2
TZS: 1,5
CK: 7,7
FH: 7,6
SÓ: 1

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EBÉD

ÜNNEPNAP

Köménymaglevés
Pírtott zsemlekocka
Sertés pörkölt
Zöldborsófőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Nápolyi

Kukorica krémleves
Leves gyöngy
Sült csirkehús golyó
Petrezselymes burgonya
Csemege uborka

Legényfogó leves
Káposztás kocka
Narancs

Paradicsomleves
Panírozott hal rudacska
Kukoricás rizs
Tzatziki saláta

Allergének:

Allergének:
1,3,6,7

Allergének:
1,7,10,12

Allergének:
1,7,9,10,12

Allergének:
1,3,4,7,9

Allergének:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EN: 814
ZS: 31,6
SZH: 96,8
TZS: 10,4
CK: 18,9
FH: 31,6
SÓ: 2,1

EN: 518
ZS: 13
SZH: 68,2
TZS: 1,9
CK: 9,8
FH: 26,7
SÓ: 3,2

EN: 728
ZS: 21,6
SZH: 103,2
TZS: 4,6
CK: 29,6
FH: 26,1
SÓ: 1,3

EN: 762
ZS: 25,9
SZH: 104,2
TZS: 4,1
CK: 22,2
FH: 25,3
SÓ: 2,9

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

UZSONNA

ÜNNEPNAP

Sajtkrém
Császárszemle
Kápia paprika

Paprikás szalámi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóuborka

Libaszír
Teljes kiőrlésű kenyér
Lilahagyma

Gyümölcs joghurt
Kifli

Allergének:

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1

Allergének:
1

Allergének:
1,7

Allergének:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EN: 219
ZS: 6,5
SZH: 31,5
TZS: 3,6
CK: 2,5
FH: 8,1
SÓ: 0,8

EN: 256
ZS: 10,1
SZH: 31,4
TZS: 3,6
CK: 0,5
FH: 8,2
SÓ: 1,5

EN: 304
ZS: 15,6
SZH: 33,4
TZS: 4,2
CK: 1,7
FH: 4,8
SÓ: 0,8

EN: 250
ZS: 4,3
SZH: 44
TZS: 2,5
CK: 16,1
FH: 7,5
SÓ: 0,7

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
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. 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 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.

BUDAPEST

ÁLTALÁNOS ISKOLA

2021.11.08.–2021.11.14.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej
Gabonagolyó

Gyümölcsstea
Csirkemell sonka
Margarin
Császárszemle

Gyümölcsstea
Zöldfűszeres sajtkrém
Félbarna kenyér

Karamellás tej
Fahéjas csiga

Gyümölcsstea
Tojáskrém
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1,6,7,12

Allergének:
1,7,12

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,3,7,10,12

Allergének:

Allergének:

EN:256
ZS: 4,6 TZS: 2,1 FH: 8,2
SZH:41,6 CK:23,6 SÓ: 0,3

EN: 244
ZS: 5,5 TZS: 2 FH: 9,5
SZH:37,2 CK: 8,7 SÓ: 1,1

EN: 232
ZS: 4 TZS: 2,2 FH:7,8
SZH:39,7 CK: 8,5 SÓ: 1,3

EN: 347
ZS: 11,5 TZS: 6,3 FH: 8,1
SZH:49,2 CK: 30,7 SÓ: 0,5

EN: 242
ZS: 5 TZS: 2,2 FH: 7,1
SZH: 38,4 CK: 8,1 SÓ: 1

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Csontleves
Paradicsomos húsos káposzta
Teljes kiőrlésű kenyér

Karamellás körteleves
Budapest sertésragu
Párolt rizs
Csemege uborka

Lencseleves
Túrós tészta
Teljes kiőrlésű kenyér
Körte

Almalé 100%-os
Paprikás burgonya virslivel
Cékla savanyúság
Félbarna kenyér

Zöldség krémleves
Leves gyöngy
Grill csirkemell
Sajtmártás
Sárgarépás rizs

Allergének:
1,3,9

Allergének:
1,7,10,12

Allergének:
1,7,10

Allergének:
1,6,10,12

Allergének:
1,3,7,9

Allergének:

Allergének:

EN:585
ZS: 24,9 TZS: 6,5 FH: 25,4
SZH:62,4 CK:15 SÓ: 2,8

EN: 787
ZS: 29,8 TZS: 8,2 FH: 24,3
SZH:103,3 CK: 35,5 SÓ: 2,8

EN: 842
ZS: 20,7 TZS: 7,4 FH:32,7
SZH:122,8 CK: 25,7 SÓ: 1,9

EN: 648
ZS: 17,9 TZS: 4,8 FH: 18,7
SZH:97,2 CK: 28,8 SÓ: 4

EN: 498
ZS: 17,6 TZS: 6,1 FH: 13,7
SZH: 69,5 CK: 3,3 SÓ: 0,7

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Vajkrém
Félbarna kenyér
Pritamin paprika

Trappista sajtszelet
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Sertés párizsi
Margarin
Szezámmagos szemle
Kígyóuborka

Olasz felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Saláta levél

Mese fit Detki keksz
Mandarin

Allergének:
1,7

Allergének:
1,7

Allergének:
1,6,11

Allergének:
1,6

Allergének:
1,5,6,7,8

Allergének:

Allergének:

EN:250
ZS: 9,5 TZS: 5,4 FH: 5,9
SZH:33,5 CK:1,4 SÓ: 1,5

EN: 277
ZS: 10,6 TZS: 5,9 FH: 11,8
SZH:31,6 CK: 0,5 SÓ: 1,5

EN: 208
ZS: 7,3 TZS: 1,4 FH:6,9
SZH:28,3 CK: 0,6 SÓ: 1,3

EN: 247
ZS: 7,5 TZS: 2,2 FH: 8,5
SZH:31,7 CK: 0,6 SÓ: 1,6

EN: 269
ZS: 8,9 TZS: 4,1 FH: 4,4
SZH: 41 CK: 20,9 SÓ: 0,2

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. 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 érdeklődő 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

ÁLTALÁNOS ISKOLA

2021.11.15.–2021.11.21.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér	Gyümölcsstea Körözött Félbarna kenyér Zöldpaprika	Gyümölcsstea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Tejescskvé Kakaós kalács	Gyümölcsstea Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Réphasáb		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:325 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,3 SZH:53,6 CK:22,3 SÓ: 1,3	EN: 248 ZS: 3,6 TZS: 2 FH: 10,5 SZH:41,3 CK: 7,7 SÓ: 1,1	EN: 267 ZS: 8,3 TZS: 1 FH:5 SZH:41,2 CK: 8,5 SÓ: 1,1	EN: 343 ZS: 7,2 TZS: 3,8 FH: 10,8 SZH:54,7 CK: 24,2 SÓ: 0,7	EN: 244 ZS: 4,3 TZS: 2,4 FH: 8,3 SZH: 41,1 CK: 8,5 SÓ: 1,2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Tejfölös zöldbaleves Tarhonyás sertéshús Csalamádé	Daragaluska leves Sült csirke húsgolyó Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Müzli szelet	Sertés raguleves Mákos guba Meggyöntet Alma	Tojásleves Zöldborsós csirke ragu Párolt rizs Lilakáposzta saláta	Almás szilvakrémleves Panírozott hal rudacska Burgonyapüré Uborkasaláta		
<u>Allergének:</u> 1,7,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3	<u>Allergének:</u> 1,4,7,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:637 ZS: 28,8 TZS: 8 FH: 27,2 SZH:63,9 CK:5,1 SÓ: 2,5	EN: 632 ZS: 20,8 TZS: 4,1 FH: 25,3 SZH:81,2 CK: 19,6 SÓ: 3,7	EN: 770 ZS: 25 TZS: 6,3 FH:26,7 SZH:104,6 CK: 51,6 SÓ: 1	EN: 675 ZS: 24,6 TZS: 3,5 FH: 28,5 SZH:84,8 CK: 9,5 SÓ: 1,3	EN: 692 ZS: 18,6 TZS: 3,9 FH: 21,1 SZH: 103,7 CK: 33,3 SÓ: 1,3	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Csemege szalámi Margarin Zsemle	Edami sajt Margarin Kifli	Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika	Gyümölcsös joghurt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1,6,10	<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:250 ZS: 9,3 TZS: 0,2 FH: 8,5 SZH:31,3 CK:0,5 SÓ: 1,4	EN: 243 ZS: 9,5 TZS: 3,5 FH: 7,8 SZH:29,8 CK: 0,7 SÓ: 1,3	EN: 245 ZS: 9,9 TZS: 5,6 FH:12,1 SZH:26,6 CK: 1,1 SÓ: 1,1	EN: 185 ZS: 4,3 TZS: 1,2 FH: 8,7 SZH:28,4 CK: 0,5 SÓ: 1,4	EN: 250 ZS: 4,3 TZS: 2,5 FH: 7,5 SZH: 44 CK: 16,1 SÓ: 0,7	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 kizsgálást 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

ÁLTALÁNOS ISKOLA

2021.11.22.–2021.11.28.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Briós	Gyümölcsstea Majonézos tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Réphasáb	Gyümölcsstea Vaníliás krémtúró Zsemle	Tej Sajtos stangli	Gyümölcsstea Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka		
<u>Allergének:</u> 1,3,6,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:267 ZS: 7 SZH:37,7 TZS: 3,9 CK:13,5 FH: 10,1 SÓ: 0,6	EN: 265 ZS: 6,3 SZH:41,2 TZS: 1,4 CK: 8,3 FH: 7,2 SÓ: 1,1	EN: 248 ZS: 3,6 SZH:41,3 TZS: 2,1 CK: 10,8 FH:9,7 SÓ: 0,7	EN: 406 ZS: 6,9 SZH:67,2 TZS: 4,2 CK: 12,3 FH: 15,5 SÓ: 1,2	EN: 240 ZS: 4,5 SZH: 38,8 TZS: 1,4 CK: 7,6 FH: 9,3 SÓ: 1,6	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:

EBÉD

Zellerkrémleves Pírtott zsemlekocka Édes-savanyú csirkecsíkok Párolt rizs	Babgulyás Sajtos-tejfölös tészta Mandarin	Tarhonyaleves Rakott karfiol	Tavaszi leves Fokhagymás sertés aprópecsenye Magyaros burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Almás pite	Paradicsomleves Rántott csirkemell Zöldséges bulgur Vitaminsaláta		
<u>Allergének:</u> 1,6,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,9,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:643 ZS: 14,9 SZH:98,7 TZS: 3,2 CK:20,1 FH: 27,1 SÓ: 1,7	EN: 823 ZS: 34,1 SZH:84,7 TZS: 14,7 CK: 14,6 FH: 37,2 SÓ: 1,9	EN: 601 ZS: 28,2 SZH:56,8 TZS: 8,8 CK: 4,1 FH:23,5 SÓ: 1,3	EN: 779 ZS: 28,4 SZH:97,6 TZS: 8,7 CK: 13,1 FH: 26,2 SÓ: 2,5	EN: 993 ZS: 29,6 SZH: 129,9 TZS: 3,4 CK: 30,5 FH: 41,5 SÓ: 3	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:

UZSONNA

Libazsír Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma	Sertés párizsi Margarin Zsemle Zöldpaprika	Trappista sajszelet Margarin Félbarna kenyér Kígyóborka	Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Kápia paprika	Kockasajt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:304 ZS: 15,7 SZH:32,5 TZS: 4,2 CK:0,4 FH: 5,2 SÓ: 0,8	EN: 211 ZS: 5,7 SZH:31,4 TZS: 0,9 CK: 0,7 FH: 6,9 SÓ: 1,4	EN: 274 ZS: 10,3 SZH:32,3 TZS: 5,7 CK: 0,5 FH:11,6 SÓ: 1,7	EN: 248 ZS: 7 SZH:33,7 TZS: 1,9 CK: 0,5 FH: 8,4 SÓ: 1,8	EN: 203 ZS: 6,6 SZH: 27,9 TZS: 4 CK: 2,1 FH: 7 SÓ: 1,2	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: 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.

BUDAPEST

ÁLTALÁNOS ISKOLA

2021.11.29.–2021.12.05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Gyümölcsstea
Sajtkrém
Kifli

Tej
Mogyorós krém
Félbarna kenyér

Tejeskávé
Fonott kalács

Gyümölcsstea
Zöldfűszeres túrókrém
Teljes kiőrlésű kenyér

Gyümölcsstea
Főtt tojás
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Paradicsom

Allergének:
1,7,12

Allergének:
1,6,7,8

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,7,12

Allergének:
1,3,12

Allergének:

Allergének:

EN:213
ZS: 4,4 TZS: 2,4 FH: 7,8
SZH:34,6 CK:9,1 SÓ: 0,8

EN: 359
ZS: 9,4 TZS: 5,1 FH: 10,8
SZH:52,9 CK: 21,2 SÓ: 1,2

EN: 342
ZS: 7 TZS: 3,7 FH:10,3
SZH:55,3 CK: 24,3 SÓ: 0,7

EN: 242
ZS: 3,9 TZS: 2,3 FH: 9,8
SZH:39,2 CK: 7,8 SÓ: 0,9

EN: 248
ZS: 5,2 TZS: 1,5 FH: 7,6
SZH: 39,2 CK: 7,7 SÓ: 1

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Húsleves
Natúr sertésszelet
Gyümölcsmártás
Főtt burgonya

Minestrone leves
Dinó szelet
Zöldborsófőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Banán

Almalé 100%-os
Bácskai rizses hús
Csemege uborka

Frankfurti leves
Szilvaskváros derelye
Fahéjas szórát
Kivi

Burgonya krémleves
Paradicsomos tonhalas
penne
Reszelt sajt

Allergének:
1,3,7,12

Allergének:
1,7,9

Allergének:
10,12

Allergének:
1,3,6,7,12

Allergének:
1,4,6,7,12

Allergének:

Allergének:

EN:379
ZS: 8,8 TZS: 0,7 FH: 16,2
SZH:56,1 CK:20,8 SÓ: 1,7

EN: 590
ZS: 15,9 TZS: 3 FH: 23,4
SZH:84,7 CK: 14 SÓ: 1,7

EN: 660
ZS: 25,1 TZS: 7,8 FH:21,7
SZH:85,1 CK: 27,9 SÓ: 1,8

EN: 1117
ZS: 30,9 TZS: 4,7 FH: 26,6
SZH:173,8 CK: 40,4 SÓ: 2,3

EN: 669
ZS: 19,8 TZS: 7 FH: 39,9
SZH: 81,6 CK: 8,7 SÓ: 1,3

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájas
Teljes kiőrlésű kenyér
Lilahagyma

Paprikás szalámi
Margarin
Szezámagos zsemle
Kígyóborka

Soproni felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Edami sajt
Margarin
Császárszemesle
Kígyóborka

Túró desszert
Alma

Allergének:
1,6,10

Allergének:
1,11

Allergének:
1,6

Allergének:
1,6,7

Allergének:
6,7

Allergének:

Allergének:

EN:259
ZS: 9,3 TZS: 0,2 FH: 8,6
SZH:33,5 CK:1,7 SÓ: 1,4

EN: 249
ZS: 11,5 TZS: 3,9 FH: 8,2
SZH:27,8 CK: 0,6 SÓ: 1,2

EN: 243
ZS: 7,5 TZS: 2,5 FH:8,7
SZH:32,3 CK: 0,5 SÓ: 1,6

EN: 276
ZS: 12 TZS: 6,8 FH: 12,5
SZH:30,3 CK: 1,6 SÓ: 1,2

EN: 119
ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH: 1,9
SZH: 17,4 CK: 16,3 SÓ: 0

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. 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 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.