

SÁRVÁR

Általános iskola alsó tagozat

2021.05.31.–2021.06.06.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tej Gabonagolyó <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN:256 ZS: 4,6 TZS: 2,1 FH: 8,2 SZH:41,6 CK:23,6 SÓ: 0,3	Tea Kőszegi túrókrém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,8,12 EN: 245 ZS: 4,8 TZS: 2,4 FH: 8,8 SZH:40 CK: 8 SÓ: 1,2	Gyümölcsstea Sajtos meleg szendvics teljes kiőrlésű kenyérral Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 334 ZS: 11,4 TZS: 5,6 FH:12,3 SZH:43,4 CK: 11,5 SÓ: 1,8	Tej Kakaós szelet <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 351 ZS: 10,1 TZS: 4,6 FH: 11,6 SZH:49,9 CK: 23,2 SÓ: 0,3	Tea Csicseriborsó krém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,11,12 EN: 251 ZS: 4,4 TZS: 1,3 FH: 7,1 SZH: 43 CK: 7,9 SÓ: 1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Bakonyi betyárleves sertéshússal Morzsás nudli Fahéjas szórát <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN:792 ZS: 21,4 TZS: 5,8 FH: 23,6 SZH:99,2 CK:10,6 SÓ: 2,1	Sertés húsgaluska leves Főtt tojás Parajmártás Sós burgonya Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 682 ZS: 23 TZS: 5,4 FH: 24,4 SZH:84 CK: 6,5 SÓ: 1,1	Fokhagyma krémleves Sárgarépa kocka Pritaminos csirkemáj Párolt rizs <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 687 ZS: 29,3 TZS: 5,6 FH:31,7 SZH:72,4 CK: 2,5 SÓ: 3	Reszelt tésztaleves Sertés vagdalt Kelkáposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN: 713 ZS: 28,5 TZS: 6 FH: 27,7 SZH:81,9 CK: 1,1 SÓ: 3,9	Csontleves Bolognai halragu Reszelt sajt Spagetti <u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9 EN: 525 ZS: 23,6 TZS: 7,9 FH: 27,5 SZH: 50,3 CK: 10 SÓ: 3,9	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Sertés párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1,3,6,7 EN:277 ZS: 20,2 TZS: 7,7 FH: 13,7 SZH:70,4 CK:18,1 SÓ: 2,2	Kakaós csiga Alma <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 582 ZS: 14,7 TZS: 2,6 FH: 12,2 SZH:97,6 CK: 37,6 SÓ: 0,1	Kefir Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 214 ZS: 5,4 TZS: 2,9 FH:8,8 SZH:32,2 CK: 6,8 SÓ: 0,5	Sajtkrém Félbarna kenyér Répaghasáb <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 285 ZS: 11,7 TZS: 6,2 FH: 9,4 SZH:34,3 CK: 0,5 SÓ: 1,6	Gépsonka Margarin Zsemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,6 EN: 202 ZS: 4,3 TZS: 1,1 FH: 9,2 SZH: 31,6 CK: 0,8 SÓ: 1,4	<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 keresztaszennyeződéssel 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 érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltásért 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.



SÁRVÁR

Általános iskola alsó tagozat

2021.06.07.–2021.06.13.

	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:325 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,3 SZH:53,6 CK:22,3 SÓ: 1,3</p>	<p>Gyümölcs tea Teavaj Félbarna kenyér Színes zöldségek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 244 ZS: 6,6 TZS: 4 FH: 4,7 SZH:39,8 CK: 7,6 SÓ: 1</p>	<p>Tea Citrusos tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,10,12</p> <p>EN: 261 ZS: 6,4 TZS: 0,9 FH:9,9 SZH:39,2 CK: 8,4 SÓ: 1,1</p>	<p>Tejbedara Kakaós szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 318 ZS: 4,8 TZS: 2,9 FH: 11,1 SZH:52,3 CK: 32,8 SÓ: 0,4</p>	<p>Tej Dejós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 488 ZS: 13,8 TZS: 4,3 FH: 18,2 SZH: 67,8 CK: 24 SÓ: 0,3</p>		
EBÉD	<p>Magyaros zöldborsóleves Sajtos tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:506 ZS: 18,9 TZS: 9,8 FH: 21,5 SZH:57,1 CK:4,4 SÓ: 1,8</p>	<p>Tyúk erőleves Paradicsomos húsos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9</p> <p>EN: 537 ZS: 21,8 TZS: 5,4 FH: 20,5 SZH:62,3 CK: 14,9 SÓ: 3,7</p>	<p>Sertés raguleves Túróval töltött zsemle Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 776 ZS: 22,2 TZS: 9,7 FH:39,5 SZH:98 CK: 28 SÓ: 1,7</p>	<p>Zabgaluska leves Főtt virsli Tejfölös burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 742 ZS: 23,6 TZS: 4,7 FH: 37,3 SZH:85,8 CK: 3,9 SÓ: 3,2</p>	<p>Francia hagymaleves Leves gyöngy Rántott csirkemell Párolt rizs Amerikai káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 951 ZS: 37,8 TZS: 7,4 FH: 35,4 SZH: 114,8 CK: 5,2 SÓ: 3,1</p>		
UZSONNA	<p>Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN:245 ZS: 7,3 TZS: 2,1 FH: 8,5 SZH:32,2 CK:0,5 SÓ: 1,6</p>	<p>Húspástétom Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10</p> <p>EN: 298 ZS: 11,4 TZS: 3,6 FH: 12,2 SZH:34,7 CK: 1,5 SÓ: 1,1</p>	<p>Natúr joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 220 ZS: 5,4 TZS: 3,1 FH:8,8 SZH:32,4 CK: 7 SÓ: 0,5</p>	<p>Kenőmájás Félbarna kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN: 251 ZS: 9 TZS: 0 FH: 8,5 SZH:32,5 CK: 0,5 SÓ: 1,6</p>	<p>Tavaszi felvágott Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Pritamin paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 204 ZS: 6 TZS: 2 FH: 8,4 SZH: 28,5 CK: 0,4 SÓ: 1,3</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. Csillagfű; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést 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.



SÁRVÁR

Általános iskola alsó tagozat

2021.06.14.–2021.06.20.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:333 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,2 SZH:57,4 CK:26,1 SÓ: 1,3</p>	<p>Tej Kukoricás pizza</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 662 ZS: 19,5 TZS: 8,1 FH: 27,7 SZH:88,5 CK: 16,4 SÓ: 2</p>	<p>Gyümölcs tea Finom túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 243 ZS: 4 TZS: 1,8 FH:10,4 SZH:39,4 CK: 7,9 SÓ: 0,9</p>	<p>Kakaós tej Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 321 ZS: 7,2 TZS: 4 FH: 10,5 SZH:50,3 CK: 25,5 SÓ: 0,6</p>	<p>Tea Főtt virsli Mustár Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10,12</p> <p>EN: 309 ZS: 10,6 TZS: 3 FH: 11,2 SZH: 40,4 CK: 8,9 SÓ: 2,1</p>		
EBÉD	<p>Daragaluska leves Dinó szelet Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10</p> <p>EN:805 ZS: 27,5 TZS: 5,4 FH: 32,2 SZH:100,9 CK:7,7 SÓ: 3,3</p>	<p>Csirkemájgaluska leves Darás metélt Szilvavelő</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9</p> <p>EN: 526 ZS: 13,9 TZS: 1,9 FH: 16,2 SZH:83,9 CK: 20,4 SÓ: 0,3</p>	<p>Tojásleves Rakott karfiol</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 578 ZS: 31,3 TZS: 8,6 FH:23,3 SZH:45,1 CK: 3,6 SÓ: 1,2</p>	<p>Alföldi gulyásleves Sajtos stangli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 469 ZS: 22,8 TZS: 6,5 FH: 19,1 SZH:44,6 CK: 2,9 SÓ: 0,4</p>	<p>Paradicsomleves zellercsík Panírozott halrudacska Petrezselymes burgonya Házi csalamádé</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,9,12</p> <p>EN: 676 ZS: 20,9 TZS: 2,3 FH: 22,5 SZH: 94,7 CK: 24,2 SÓ: 1,8</p>		
UZSONNA	<p>Sajtkrém Félbarna kenyér Réphasáb</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:260 ZS: 11,6 TZS: 6,2 FH: 8,6 SZH:29 CK:0,4 SÓ: 1,4</p>	<p>Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 241 ZS: 7,4 TZS: 2,5 FH: 8,7 SZH:32,1 CK: 0,5 SÓ: 1,6</p>	<p>Korporvit keksz Gyümölcssaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 166 ZS: 3,9 TZS: 1,5 FH:3,4 SZH:28,1 CK: 8,3 SÓ: 0,3</p>	<p>Csirkemáj pástétom Félbarna kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10</p> <p>EN: 245 ZS: 5,8 TZS: 1,6 FH: 10,4 SZH:35,9 CK: 1,1 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcs 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: 0,7</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 érdeklődő 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.



SÁRVÁR

Általános iskola alsó tagozat

2021.06.21.–2021.06.27.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Mogyorós krém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,8</p> <p>EN:359 ZS: 9,4 TZS: 5,1 FH: 10,8 SZH:52,9 CK:21,2 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcsstea Sajtos meleg szendvics teljes kiőrlésű kenyérral</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 301 ZS: 11,3 TZS: 5,6 FH: 11,9 SZH:35,6 CK: 4,3 SÓ: 1,7</p>	<p>Tej Kakaós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 531 ZS: 10,2 TZS: 5 FH:19,4 SZH:84,5 CK: 19,4 SÓ: 0,3</p>	<p>Gyümölcsstea Petrezselymes tojáskrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 250 ZS: 4,7 TZS: 2 FH: 7 SZH:41,5 CK: 9,9 SÓ: 1,2</p>	<p>Tea Langalló Újhagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,12</p> <p>EN: 734 ZS: 31,5 TZS: 12,9 FH: 25,3 SZH: 83,6 CK: 10,8 SÓ: 1,9</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
EBÉD	<p>Alföldi tésztales Szárnyas roló Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN:684 ZS: 20,7 TZS: 3,2 FH: 33,2 SZH:89,7 CK:10,3 SÓ: 2,5</p>	<p>Legényfogó leves Gránátos kocka Lilakáposzta saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN: 630 ZS: 21,5 TZS: 4,6 FH: 23,4 SZH:83,1 CK: 11,3 SÓ: 1,3</p>	<p>Tavaszi leves Erdélyi rakott káposzta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 602 ZS: 29,7 TZS: 10,2 FH:21,8 SZH:54,4 CK: 6,1 SÓ: 6,2</p>	<p>Újházy tyúkhúsleves Szilvatöltelikes gombóc Fahéjas szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9</p> <p>EN: 822 ZS: 18 TZS: 1,1 FH: 36 SZH:160,9 CK: 58,1 SÓ: 3,2</p>	<p>Csontleves Húsgombóc Paradicsommártás Sós burgonya Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 752 ZS: 23,8 TZS: 6,2 FH: 29,2 SZH: 99,3 CK: 12,8 SÓ: 2,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
UZSONNA	<p>Olasz felvágott Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN:248 ZS: 7,2 TZS: 2 FH: 8,5 SZH:33,1 CK:0,6 SÓ: 1,8</p>	<p>Gyümölcsös túrókrém Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 201 ZS: 3,3 TZS: 1,9 FH: 8,9 SZH:32,5 CK: 5,2 SÓ: 0,6</p>	<p>Diós sajtkrém Félbarna kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,8</p> <p>EN: 405 ZS: 18,2 TZS: 3,7 FH:13 SZH:43,9 CK: 9,7 SÓ: 1,3</p>	<p>Tavaszi felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 233 ZS: 6,2 TZS: 2 FH: 9,3 SZH:33,6 CK: 0,4 SÓ: 1,5</p>	<p>Pogácsa Almalé 100%-os</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 302 ZS: 6,7 TZS: 1,1 FH: 5,7 SZH: 53,1 CK: 24,6 SÓ: 0</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 kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztaszennyeződéssel 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 érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltásért 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.



SÁRVÁR

Általános iskola alsó tagozat

2021.06.28.–2021.07.04.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Gabonagolyó</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:256 ZS: 4,6 TZS: 2,1 FH: 8,2 SZH:41,6 CK:23,6 SÓ: 0,4</p>	<p>Tejberizs Fahéjas szórát</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 394 ZS: 3,8 TZS: 2,2 FH: 11,1 SZH:75,6 CK: 33,9 SÓ: 0,3</p>	<p>Reform piskóta Tej</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 212 ZS: 5,4 TZS: 2,1 FH:9,4 SZH:28,9 CK: 15,3 SÓ: 0,3</p>	<p>Tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 333 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,2 SZH:57,4 CK: 26,1 SÓ: 1,3</p>	<p>Tea Margaréta pizza</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 635 ZS: 19,8 TZS: 7,6 FH: 19,4 SZH: 92,7 CK: 20,4 SÓ: 1,8</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
EBÉD	<p>Sertés becsinált leves Aranygaluska Vaníliás öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN:895 ZS: 31,9 TZS: 8,1 FH: 29,5 SZH:116,5 CK:35,4 SÓ: 0,4</p>	<p>Gombaleves Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 559 ZS: 29,2 TZS: 9,4 FH: 21,9 SZH:46,5 CK: 4,1 SÓ: 4,7</p>	<p>Kelbimbóleves Parajos-halás rakott tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7</p> <p>EN: 575 ZS: 21,3 TZS: 8,6 FH:27,8 SZH:65,1 CK: 5,7 SÓ: 1,3</p>	<p>Csontleves Főtt virsli Szárzabab főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9</p> <p>EN: 722 ZS: 26,3 TZS: 6,6 FH: 31,5 SZH:85,5 CK: 6,5 SÓ: 3,5</p>	<p>Köménymag leves Pirított zsemlekočka Ördögdombi svábos apróhús Bulgur Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 684 ZS: 20 TZS: 3,9 FH: 28,1 SZH: 82,7 CK: 10,8 SÓ: 0,5</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
UZSONNA	<p>Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN:248 ZS: 7,3 TZS: 2,1 FH: 8,5 SZH:32,6 CK:0,5 SÓ: 1,6</p>	<p>Zöldségkrém Teljes kiőrlésű kenyér Újhagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 192 ZS: 2,8 TZS: 0,8 FH: 5,3 SZH:34,6 CK: 0,9 SÓ: 0,9</p>	<p>Húspástétom Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10</p> <p>EN: 305 ZS: 11,8 TZS: 3,7 FH:12,6 SZH:34,8 CK: 1,5 SÓ: 0,9</p>	<p>Kapros túrókrém Félbarna kenyér Répaghasáb</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 226 ZS: 3,7 TZS: 2,1 FH: 10,1 SZH:35,6 CK: 0,7 SÓ: 1,2</p>	<p>Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 185 ZS: 4,3 TZS: 1,2 FH: 8,7 SZH: 28,4 CK: 0,5 SÓ: 1,4</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 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 érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést 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.

