

# ÉTLAP

Sárvár

Szabadszedés – Általános iskola

2024. 04. 01.–2024. 04. 07.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD A	ÜNNEPNAP <u>Allergének:</u> EN:0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	TAVASZI SZÜNET <u>Allergének:</u> EN: 0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	TAVASZI SZÜNET <u>Allergének:</u> EN: 0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	TAVASZI SZÜNET <u>Allergének:</u> EN: 0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	TAVASZI SZÜNET <u>Allergének:</u> EN: 0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD B	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<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. Szezámmag; 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 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

# ÉTLAP

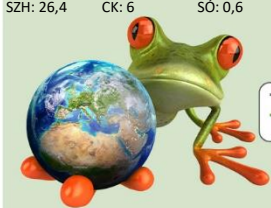
Sárvár

Szabadszedés – Általános iskola

2024. 04. 08.–2024. 04. 14.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tej Méz Margarin Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,7 EN:307 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 9,5 SZH:52,1 CK:26 SÓ: 1,13	Tej Kakaós kalács  <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 338 ZS: 8,8 TZS: 4,4 FH: 13 SZH: 46,8 CK: 16,6 SÓ: 0,28	Gyümölcs tea Főtt virsli Teljes kiőrlésű kenyér Mustár  <u>Allergének:</u> 1,10 EN: 294 ZS: 10,6 TZS: 3,2 FH: 10,1 SZH: 36,7 CK: 9,8 SÓ: 2,2	Karamellás tej Margarin Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 289 ZS: 5,6 TZS: 2,6 FH: 9,6 SZH: 45,7 CK: 20,5 SÓ:1,05	Gyümölcs tea Majonéz tojáskrém Félbarna kenyér Kígyóborka  <u>Allergének:</u> 1,3,10 EN: 237 ZS: 6,2 TZS: 1,1 FH: 6,5 SZH: 35,8 CK: 8,8 SÓ: 1,12	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD A	Gombaleves Dino szelet Sárgaborsófőzelék Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,9 EN:658 ZS: 24,4 TZS: 4,5 FH: 26,4 SZH:74 CK:0,5 SÓ: 2,31	Kerti leves Bolognai sertésragu Spagetti Sajt szórat  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 631 ZS: 30,5 TZS: 8,9 FH: 27,2 SZH: 61,6 CK: 9,1 SÓ: 1,21	Csontleves Lucskos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 535 ZS: 27,1 TZS: 8,6 FH: 24,5 SZH: 43,8 CK: 9 SÓ: 1,45	Gyümölcsleves Lilahagymás sajtkrém csirkemell Petrezselymes rizs Csemegeborka  <u>Allergének:</u> 1,7,10,12 EN: 681 ZS: 19,8 TZS: 7,4 FH: 36 SZH: 88,6 CK: 30 SÓ:2,37	Hamisgulyás Piskóta kocka Csokoládés öntet  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 497 ZS: 10,7 TZS: 2,5 FH: 15,4 SZH: 81,5 CK: 45,6 SÓ: 0,61	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD B	Gombaleves Rakott brokkoli  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN:461 ZS: 26,3 TZS: 7,4 FH: 21,2 SZH:30,9 CK:2,4 SÓ: 0,54	Kerti leves Eszterházy sertésragu Párolt rizs  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12 EN: 681 ZS: 29,7 TZS: 6,9 FH: 20,5 SZH: 80,5 CK: 4,4 SÓ: 1	Csontleves Reszelt sertésmáj Bulgur Cékla savanyúság  <u>Allergének:</u> 1,3,9,10 EN: 644 ZS: 20,2 TZS: 4,9 FH: 33,2 SZH: 70,3 CK: 5,3 SÓ: 2,53	Gyümölcsleves Fűszeres csirkeszárnyak Pirított burgonya Csemegeborka  <u>Allergének:</u> 1,7,10,12 EN: 746 ZS: 29 TZS: 7,2 FH: 35,3 SZH: 81,8 CK: 34,7 SÓ:2,46	Hamisgulyás Gombapaprikás Galuska  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 495 ZS: 14,5 TZS: 4,1 FH: 14,2 SZH: 72,7 CK: 0,8 SÓ: 0,61	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika  <u>Allergének:</u> 1 EN:230 ZS: 9,7 TZS: 3,7 FH: 7,6 SZH:26,5 CK:0,4 SÓ: 1,37	Sonkakrém Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek  <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 234 ZS: 10,5 TZS: 4,4 FH: 10,5 SZH: 26,8 CK: 0,7 SÓ: 1,15	Tepertős pogácsa Alma  <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 333 ZS: 14,6 TZS: 7 FH: 7,2 SZH: 39,1 CK: 10,6 SÓ: 0,63	Körözött Félbarna kenyér Kaliforniai paprika  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 193 ZS: 3,3 TZS: 2 FH: 9,7 SZH: 28,9 CK: 0,5 SÓ:0,99	Kefir Teljes kiőrlésű kifli  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 190 ZS: 5,2 TZS: 2,9 FH: 8,3 SZH: 26,4 CK: 6 SÓ: 0,6	<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 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. 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 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 HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a Magyar Természetvédők Szövetsége Föld Barátai Magyarországi szakmai ajánlásával jött létre.



# ÉTLAP

Sárvár

Szabadszedés – Általános iskola

2024. 04. 22.–2024. 04. 28.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Zabkása  <u>Allergének:</u> 1,7 EN:297 ZS: 5,1 TZS: 1,6 FH: 10,2 SZH:47,5 CK:24,7 SÓ: 0,38	Tej Felhő szelet  <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 356 ZS: 11,6 TZS: 5,4 FH: 10,1 SZH: 49,6 CK: 33,2 SÓ: 0,27	Gyümölcs tea Petrezselymes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek  <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 224 ZS: 4,9 TZS: 2,2 FH: 6,8 SZH: 34,4 CK: 8,3 SÓ: 0,96	Gyümölcs tea Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1 EN: 258 ZS: 10 TZS: 3,6 FH: 7,2 SZH: 33,2 CK: 7,8 SÓ:1,38	Gyümölcs tea Margaréta pizza  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 326 ZS: 11,5 TZS: 5,7 FH: 11,8 SZH: 42,8 CK: 12,4 SÓ: 0,91	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EBÉD A	Babgulyás Sajtos-tejfölös spagetti  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN:734 ZS: 31,4 TZS: 13,1 FH: 34,1 SZH:72,8 CK:4,5 SÓ: 0,99	Tyúkerőleves Sertésvagdalt Kelkáposztafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN: 606 ZS: 30,3 TZS: 5,8 FH: 30,2 SZH: 50,8 CK: 1,3 SÓ: 2,17	Citromos kerti leves Pritaminos csirkemáj Párolt rizs  <u>Allergének:</u> 1,7,9,12 EN: 598 ZS: 21,3 TZS: 4 FH: 24,6 SZH: 74,6 CK: 1,9 SÓ: 1,09	Zellerkrémleves Pírtott kenyérkocka Göngyölt csirkemell Zöldséges bulgur Káposztasaláta  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 677 ZS: 12,2 TZS: 2,2 FH: 36,2 SZH: 95 CK: 12,9 SÓ:2,32	Daragaluska leves Főtt tojás Parajmártás Főtt burgonya fél adag Kókuszgolyó  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 563 ZS: 21,5 TZS: 7,2 FH: 16,6 SZH: 67,6 CK: 15,7 SÓ: 1,11	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EBÉD B	Babgulyás Stangli  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN:699 ZS: 24,4 TZS: 5,4 FH: 27,4 SZH:88,5 CK:5,1 SÓ: 1,02	Tyúkerőleves Morzsás nudli Meggyes öntet  <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN: 845 ZS: 18,9 TZS: 1,6 FH: 23,8 SZH: 119,3 CK: 22,1 SÓ: 2,45	Citromos kerti leves Csirkepörkölt Tarhonya Csemegeuborka  <u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12 EN: 480 ZS: 15,9 TZS: 3,1 FH: 23,8 SZH: 58,4 CK: 7,5 SÓ: 1,61	Zellerkrémleves Pírtott kenyérkocka Lecsós virsli Kuszkusz  <u>Allergének:</u> 1,7,9,12 EN: 663 ZS: 29 TZS: 8 FH: 21,3 SZH: 77,4 CK: 6,9 SÓ:2,97	Daragaluska leves Rántott brokkoli Párolt rizs Tartármártás  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12 EN: 868 ZS: 32,1 TZS: 5,7 FH: 20,1 SZH: 120,4 CK: 4,8 SÓ: 1,57	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
UZSONNA	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Reszelt sárgarépa  <u>Allergének:</u> 1 EN:226 ZS: 8,1 TZS: 2,9 FH: 8 SZH:28,7 CK:0,6 SÓ: 1,49	Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér Kigyóuborka  <u>Allergének:</u> 1 EN: 182 ZS: 3,7 TZS: 1 FH: 8,5 SZH: 27,6 CK: 0,5 SÓ: 1,6	Fahéjas-almás csiga  <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 196 ZS: 4,2 TZS: 1,8 FH: 4,7 SZH: 33,9 CK: 12,5 SÓ: 0,05	Házi erdei gyümölcsös joghurt Korpovit keksz  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 243 ZS: 6,9 TZS: 3,4 FH: 6,6 SZH: 36,7 CK: 16,2 SÓ:0,33	Reszelt sajt Margarin Zsemle Kaliforniai paprika  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 238 ZS: 7,6 TZS: 4 FH: 9,2 SZH: 30,7 CK: 0,7 SÓ: 1,13	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>

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. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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 HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.



# ÉTLAP

Sárvár

Szabadszedés – Általános iskola

2024. 04. 29.–2024. 05. 05.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tejbedara Kakaós szórát</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:263 ZS: 3,9    TZS: 2,3    FH: 9 SZH:43,6    CK:28,5    SÓ: 0,39</p>	<p>Gyümölcsstea Sonkás melegszendvics Félbarna kenyérrrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 318 ZS: 12,1    TZS: 6,8    FH: 15,1 SZH: 35,3    CK: 8,6    SÓ: 2,22</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Tejeskávé Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Jégscapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 342 ZS: 9,6    TZS: 5,9    FH: 11,4 SZH: 47,6    CK: 20,3    SÓ:1,3</p>	<p>Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 218 ZS: 4,8    TZS: 1,4    FH: 6,4 SZH: 34    CK: 7,9    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 A	<p>Zöldségkrémleves Panírozott halrúd Sárgarépás rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,7,9</p> <p>EN:610 ZS: 20,9    TZS: 3,1    FH: 19,1 SZH:85,2    CK:2,5    SÓ: 1,34</p>	<p>Erőleves Húsgombóc árpagyönggyel Paradicsommártás Tört burgonya</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 486 ZS: 20,4    TZS: 5    FH: 18,5 SZH: 54,6    CK: 10,5    SÓ: 1,86</p>	<p>ÜNNEPNAP</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Legényfogyó leves Mákos metélt</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN: 648 ZS: 22,6    TZS: 4,7    FH: 21,8 SZH: 87,6    CK: 30,6    SÓ:0,36</p>	<p>Zöldborsóleves Zöldség ropogós Majorannás burgonyafőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 475 ZS: 11,2    TZS: 2,3    FH: 14,9 SZH: 71,5    CK: 2,7    SÓ: 1,38</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 B	<p>Zöldségkrémleves Sertésbecsinált Bulgur</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9</p> <p>EN:642 ZS: 23,4    TZS: 6,1    FH: 24 SZH:71,4    CK:2,5    SÓ: 0,51</p>	<p>Erőleves Parajos penne</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 458 ZS: 15,1    TZS: 3,6    FH: 17,4 SZH: 61,8    CK: 5,7    SÓ: 1,02</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Legényfogyó leves Langalló</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN: 766 ZS: 31,3    TZS: 13,2    FH: 29,1 SZH: 85    CK: 6,6    SÓ:1,78</p>	<p>Zöldborsóleves Csokoládés öntet Rizsfelfújt</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 572 ZS: 9,5    TZS: 3,8    FH: 16 SZH: 101,8    CK: 38,2    SÓ: 0,85</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>
UZZONNA	<p>Füstölt sajtós brokkolikrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:182 ZS: 4    TZS: 2,2    FH: 7,5 SZH:27,4    CK:0,7    SÓ: 1,06</p>	<p>Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 223 ZS: 8,7    TZS: 3    FH: 7,7 SZH: 27,1    CK: 0,4    SÓ: 1,44</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Barackos túrókrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 193 ZS: 2,6    TZS: 1,5    FH: 8 SZH: 32,9    CK: 5,8    SÓ:0,88</p>	<p>Medvehagymás teljes kiőrlésű rúd Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 300 ZS: 8,8    TZS: 2    FH: 9,7 SZH: 47,8    CK: 12,1    SÓ: 0,12</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. Szézámmag; 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 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.