

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

DEBRECEN

Óvodás ebéd + hidegcsomag

2020. 03. 23.–2020. 03. 29.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Zöldfűszeres vajkrém Zsemle Zöldpaprika	Mini Méz Kifli	Briós	Alma Pacsni	Csemege szalámi Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:197 ZS: 5 TZS: 2,7 FH: 5,2 SZH:30,8 CK:1,1 SÓ: 0,9	EN: 195 ZS: 0,9 TZS: 0,2 FH: 4,3 SZH:43 CK: 17,5 SÓ: 0,5	EN: 167 ZS: 4 TZS: 2,1 FH:4,3 SZH:28,5 CK: 4,3 SÓ: 0,4	EN: 204 ZS: 5 TZS: 2,6 FH: 4,2 SZH:35,5 CK: 11,3 SÓ: 0,3	EN: 255 ZS: 12,2 TZS: 5,8 FH: 8 SZH: 26,7 CK: 0,9 SÓ: 1,5	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Pritaminos csirkeragu Petrezselymes rizs	Reszelt tésztalesves Stefánia vagdalt Burgonyafőzelék Félbarna kenyér	Tárkonyos pulykabecsinált leves Sajtos pogácsa	Köménymag leves Kenyérkocka Csikós sertés tokány Orsó tészta	Gyümölcsleves Sült csirkecomb Párolt rizs Csemege uborka édesítőszerrel		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:349 ZS: 12,8 TZS: 2,5 FH: 15 SZH:43,1 CK:0,7 SÓ: 1,1	EN: 591 ZS: 23,5 TZS: 5,6 FH: 20 SZH:68,8 CK: 3,6 SÓ: 2,9	EN: 351 ZS: 19,2 TZS: 8,6 FH:14,6 SZH:27,5 CK: 2,2 SÓ: 0,4	EN: 540 ZS: 27,1 TZS: 6,7 FH: 18,8 SZH:53,2 CK: 2,7 SÓ: 1,4	EN: 535 ZS: 17,6 TZS: 2,7 FH: 28,6 SZH: 65,5 CK: 14,6 SÓ: 2,8	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Almás batyu	Zala felvágott Margarin Szezámagos zsemle Retek	Trappista sajtszelet Margarin Zsemle Kígyóuborka	Sertés párizsi Margarin Hosszú zsemle	Gyümölcs joghurt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,6,11	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:211 ZS: 9,5 TZS: 5 FH: 3,1 SZH:29 CK:14 SÓ: 0,3	EN: 214 ZS: 7,2 TZS: 1,9 FH: 7,2 SZH:28,2 CK: 0,7 SÓ: 1,1	EN: 267 ZS: 10,3 TZS: 5,7 FH:11,5 SZH:30,2 CK: 0,7 SÓ: 1,8	EN: 209 ZS: 4,8 TZS: 1,2 FH: 6,8 SZH:34,8 CK: 0 SÓ: 1,2	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. 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 munkatársainknál! 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.

