

Debrecen

Általános iskola alsó tagozat

2021.04.05.–2021.04.11.

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZZONNA

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	Tej Kakaós csiga <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 299 ZS: 12 SZH: 35,7	Gyümölcs tea Reszelt sajt Margarin Szezámmagos zsemle <u>Allergének:</u> 1,7,11,12 EN: 292 ZS: 11,9 SZH: 34,3	Gyümölcs tea Vaníliás krémtúró Zsúrkenyér <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 258 ZS: 4,3 SZH: 43,3	Gyümölcs tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,12 EN: 241 ZS: 5,2 SZH: 38	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
<b>EBÉD A</b>	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	Reszelt tézstaleves Sertés pörkölt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,9 EN: 617 ZS: 27,5 SZH: 67,5	Csokonai sertés raguleves Darás metélt Gyümölcs öntet <u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12 EN: 616 ZS: 23,3 SZH: 78,1	Csirkemájgaluska leves Főtt tojás Sóskamártás Főtt burgonya fél adag Almás kevert sütemény <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 611 ZS: 22,8 SZH: 74,6	Zöldség krémleves Leves gyöngy Rántott halfilé Kukoricás rizs Tartármártás <u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9,10,12 EN: 773 ZS: 28,2 SZH: 96,5	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
<b>EBÉD B</b>	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	Reszelt tézstaleves Pásztortarhonya Cékla savanyúság édesítőszere <u>Allergének:</u> 1,9,10,12 EN: 580 ZS: 26,5 SZH: 58,9	Csokonai sertés raguleves Csokoládé ízű gombóc <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12 EN: 977 ZS: 26 SZH: 144,9	Csirkemájgaluska leves Pritaminos csirkeragu Párolt rizs Almás kevert sütemény <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 735 ZS: 28 SZH: 91,7	Zöldség krémleves Leves gyöngy Grillfűszeres csirkecomb Burgonyapüré Csalamádé <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12 EN: 582 ZS: 22,6 SZH: 59,5	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
<b>UZZONNA</b>	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	Kenőmájás Félbarna kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,6,10 EN: 253 ZS: 9,1 SZH: 32,7	Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka <u>Allergének:</u> 1 EN: 253 ZS: 9,8 SZH: 31,2	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,6 EN: 223 ZS: 7,1 SZH: 28,3	Sajtos rúd Alma <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 216 ZS: 9,6 SZH: 27,3	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyezéssel 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 vizsgálást 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

Debrecen

Általános iskola alsó tagozat

2021.04.12.–2021.04.18.

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	Tej Fatörzs kifli  <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:265 ZS: 6,5 TZS: 3,5 FH: 9,9 SZH:37,7 CK:13,4 SÓ:0,6	Gyümölcs tea Főtt virsli Mustár Hosszú zsemle  <u>Allergének:</u> 1,6,10,12 EN: 319 ZS: 10,6 TZS: 3,1 FH: 12 SZH: 44 CK: 8,5 SÓ: 2	Karamellás tej Kuglóf  <u>Allergének:</u> 1,3,6,7 EN: 345 ZS: 7,6 TZS: 4,3 FH: 10,4 SZH: 55,6 CK: 29,2 SÓ: 0,6	Gyümölcs tea Pritaminos sajtkrém Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 228 ZS: 3,6 TZS: 2 FH: 7,5 SZH: 39,7 CK: 8,4 SÓ: 1,2	Gyümölcs tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12 EN: 249 ZS: 5 TZS: 2,2 FH: 7,1 SZH: 40,4 CK: 9,9 SÓ: 1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
<b>EBÉD A</b>	Csontleves Szezámmagos sertés fasírt Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,9,11 EN:915 ZS: 32,9 TZS: 8 FH: 41,4 SZH:102,8 CK:0,9 SÓ:4,1	Meggy leves Szárnyas paella Csemege uborka édesítőszerrel  <u>Allergének:</u> 1,7,10 EN: 529 ZS: 14,7 TZS: 3,3 FH: 20,8 SZH: 77 CK: 26,6 SÓ: 2,5	Francia hagymaleves Bolognai sertés ragu Penne tészta Reszelt sajt Alma  <u>Allergének:</u> 1,7,9,12 EN: 713 ZS: 32,2 TZS: 10,2 FH: 27,6 SZH: 77,2 CK: 21 SÓ: 2,5	Tejfőlös zöldbaleves Pincepörkölt Csalamádé Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12 EN: 659 ZS: 28 TZS: 7,2 FH: 23 SZH: 70,9 CK: 4,1 SÓ: 3	Daragaluska leves Sertésszelet lillahagymás sajtkrémmel Rizibizi  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 752 ZS: 35,1 TZS: 10,8 FH: 31,7 SZH: 75,3 CK: 2,2 SÓ: 2,1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
<b>EBÉD B</b>	Csontleves Vadas sertés ragu Makaróni tészta  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12 EN:642 ZS: 30,1 TZS: 8 FH: 28,6 SZH:62,6 CK:6,7 SÓ:2,9	Meggy leves Kukoricapelyhes csirkemell csíkok Zöldséges bulgur Csemege uborka édesítőszerrel  <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 797 ZS: 21,4 TZS: 4 FH: 31,6 SZH: 110,3 CK: 27,9 SÓ: 3,7	Francia hagymaleves Fűszeres csirkecomb Pírtott burgonya Currys ketchup Alma  <u>Allergének:</u> 1,7,10,12 EN: 604 ZS: 23,1 TZS: 4,2 FH: 27,1 SZH: 66,6 CK: 14,4 SÓ: 2,8	Tejfőlös zöldbaleves Hagymás csirkemáj Párolt rizs Házi csalamádé  <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 621 ZS: 22,3 TZS: 4,6 FH: 23,6 SZH: 78,8 CK: 9,4 SÓ: 1,3	Daragaluska leves Húsgombóc Kapormártás Főtt burgonya  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 642 ZS: 25,2 TZS: 6,4 FH: 24,3 SZH: 73,1 CK: 5,8 SÓ: 1,8	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
<b>UZSONNA</b>	Vajkrém Félbarna kenyér Zöldpaprika  <u>Allergének:</u> 1,7 EN:250 ZS: 9,5 TZS: 5,4 FH: 5,9 SZH:33,5 CK:1,4 SÓ:1,5	Trappista sajtzelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 275 ZS: 10,6 TZS: 5,9 FH: 11,8 SZH: 31,4 CK: 0,5 SÓ: 2	Füstölt baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka  <u>Allergének:</u> 1 EN: 239 ZS: 8,2 TZS: 2,7 FH: 8,1 SZH: 31,6 CK: 0,5 SÓ: 1,5	Gépsonka Margarin Zsemle Saláta levél  <u>Allergének:</u> 1,6 EN: 199 ZS: 4,2 TZS: 1,1 FH: 9,1 SZH: 31,1 CK: 0,8 SÓ: 1,4	Mese fit Detki keksz Mandarin  <u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8 EN: 224 ZS: 7,1 TZS: 3,3 FH: 3,6 SZH: 34,7 CK: 18,7 SÓ: 0,2	<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. Glutén tartalmú 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 kisizkolgálat végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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.

Debrecen

Általános iskola alsó tagozat

2021.04.19.–2021.04.25.

TÍZÓRAI  
EBÉD A  
EBÉD B  
UZZONNA

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	Vaníliás tej Fahéjas csiga  <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:355 ZS: 11,5    TZS: 6,3    FH: 8,1 SZH:51    CK:30,7    SÓ: 0,5	Gyümölcs tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek  <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 246 ZS: 3,8    TZS: 2,2    FH: 10,6 SZH: 40    CK: 7,7    SÓ: 0,9	Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Zsúrkenyér  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 329 ZS: 6,1    TZS: 3    FH: 10,3 SZH: 53,6    CK: 23,2    SÓ: 1	Gyümölcs tea Főtt tojás Margarin Zsemle Sörretek  <u>Allergének:</u> 1,3,12 EN: 240 ZS: 4,9    TZS: 1,4    FH: 7,5 SZH: 37,7    CK: 7,9    SÓ:0,8	Gyümölcs tea Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek  <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 237 ZS: 4,3    TZS: 2,4    FH: 8,3 SZH: 39,3    CK: 8,5    SÓ: 1,1	<u>Allergének:</u>  EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:	<u>Allergének:</u>  EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:
<b>EBÉD A</b>	Tarhonya leves Dinó szelet Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma  <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN:709 ZS: 24,7    TZS: 4,4    FH: 20,8 SZH:95,3    CK:22,5    SÓ: 3,3	Sertés húsgombóc leves Gránátos kocka Gyümölcskompót  <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN: 606 ZS: 20,2    TZS: 3,6    FH: 19,2 SZH: 83,8    CK: 6,2    SÓ: 1,2	Köménymag leves Kenyérkocka Erdélyi rakott káposzta Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 644 ZS: 30,8    TZS: 10,3    FH: 21,8 SZH: 61,9    CK: 6,2    SÓ: 5,9	Paradicsomleves Panírozott halrudacska Burgonyapüré Csemege uborka édesítőszerrel  <u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9,10,12 EN: 668 ZS: 21,2    TZS: 4    FH: 23,3 SZH: 90,3    CK: 20,8    SÓ:2,8	Tavaszli leves Csikós sertés tokány Párolt rizs  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 612 ZS: 30,2    TZS: 7,9    FH: 19,6 SZH: 63,2    CK: 1,3    SÓ: 1,9	<u>Allergének:</u>  EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:	<u>Allergének:</u>  EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:
<b>EBÉD B</b>	Tarhonya leves Rakott brokkoli Teljes kiőrlésű kenyér Alma  <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN:764 ZS: 29,6    TZS: 8,9    FH: 29,1 SZH:87,4    CK:12,8    SÓ: 1,9	Sertés húsgombóc leves Mákos guba Meggy öntet  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 735 ZS: 23,2    TZS: 5,2    FH: 23,1 SZH: 103,9    CK: 46,6    SÓ: 1,1	Köménymag leves Kenyérkocka Bácskai rizses hús Káposztasaláta  <u>Allergének:</u> 1 EN: 613 ZS: 25,8    TZS: 5,9    FH: 20,1 SZH: 73,3    CK: 6,3    SÓ: 0,4	Paradicsomleves Amerikai sajtos tészta baconnel  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 526 ZS: 15,6    TZS: 6,6    FH: 19,7 SZH: 75,8    CK: 22,2    SÓ:1,6	Tavaszli leves Sertészelet párizsiasan Petrezselymes burgonya Vegyes saláta  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 992 ZS: 60,6    TZS: 10,3    FH: 26,9 SZH: 79,5    CK: 7,5    SÓ: 1,7	<u>Allergének:</u>  EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:	<u>Allergének:</u>  EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:
<b>UZZONNA</b>	Kenőmájas Félbarna kenyér Kigyóuborka  <u>Allergének:</u> 1,6,10 EN:250 ZS: 9    TZS: 0    FH: 8,4 SZH:32,3    CK:0,5    SÓ: 1,5	Csemege szalámi Margarin Zsemle  <u>Allergének:</u> 1 EN: 243 ZS: 9,5    TZS: 3,5    FH: 7,8 SZH: 29,8    CK: 0,7    SÓ: 1,3	Edami sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 270 ZS: 9,9    TZS: 5,6    FH: 12,7 SZH: 31,6    CK: 0,4    SÓ: 1,5	Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,6 EN: 237 ZS: 7,4    TZS: 2,5    FH: 8,3 SZH: 31,4    CK: 0,5    SÓ:1,6	Gyümölcs joghurt Kifii  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 250 ZS: 4,3    TZS: 2,5    FH: 7,5 SZH: 44    CK: 16,1    SÓ: 0,7	<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. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük.  
Tápanyagtartalom jelölés magyarzata: 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.

Debrecen

Általános iskola alsó tagozat

2021.04.26.–2021.05.02.

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	Tej Briós  <u>Allergének:</u> 1,3,6,7 EN:267 ZS: 7 TZS: 3,9 FH: 10,1 SZH:37,7 CK:13,5 SÓ:0,6	Gyümölcsstea Majonézes uborkás tojáskrém Zsemle  <u>Allergének:</u> 1,3,10,12 EN: 249 ZS: 5,9 TZS: 1 FH: 6,6 SZH: 39 CK: 9,5 SÓ: 0,9	Gyümölcsstea Póréhagymás túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka  <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 246 ZS: 4 TZS: 2,3 FH: 10,2 SZH: 39,8 CK: 7,8 SÓ: 0,9	Tej Gabonapehely  <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 256 ZS: 4,7 TZS: 2,2 FH: 8,3 SZH: 41,2 CK: 23,2 SÓ:0,4	Gyümölcsstea Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka  <u>Allergének:</u> 1,12 EN: 239 ZS: 3,3 TZS: 0,8 FH: 9,9 SZH: 38,6 CK: 7,6 SÓ: 1,3	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
<b>EBÉD A</b>	Zöldséges burgonya leves Lecsós virsli Tarthonya  <u>Allergének:</u> 1,3,6,9,12 EN:574 ZS: 26,5 TZS: 6 FH: 19,3 SZH:63,8 CK:4,3 SÓ:3,3	Almaleves Zöldborsós csirkemáj Párolt rizs Házi csalamádé  <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 632 ZS: 17,5 TZS: 4 FH: 22,8 SZH: 95,3 CK: 23,1 SÓ: 1,2	Bakonyi betyárleves sertéshússal Dejós morzsás nudli Alma  <u>Allergének:</u> 1,7,9,12 EN: 837 ZS: 26,7 TZS: 6,3 FH: 26,2 SZH: 94,6 CK: 14 SÓ: 1,9	Zöldségleves Chilis bab Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,9 EN: 493 ZS: 19,5 TZS: 4,9 FH: 22,8 SZH: 52,9 CK: 4,8 SÓ:3	Grillfűszeres csirkemell Petrezselymes rizs Amerikai káposztasaláta Habos puding  <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 710 ZS: 20,1 TZS: 5,1 FH: 33,1 SZH: 97,1 CK: 33 SÓ: 1,1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
<b>EBÉD B</b>	Zöldséges burgonya leves Rántott sajt Kukoricás rizs Tartármártás  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12 EN:715 ZS: 32,5 TZS: 8,7 FH: 19,9 SZH:82,7 CK:8,1 SÓ:2,6	Almaleves Zöldséges csirke vagdalt Tört burgonya Házi csalamádé  <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 665 ZS: 20,3 TZS: 3,7 FH: 23,8 SZH: 91,8 CK: 23,6 SÓ: 2,5	Bakonyi betyárleves sertéshússal Sajtos tejfőlös spagetti Alma  <u>Allergének:</u> 1,7,9 EN: 660 ZS: 34,9 TZS: 15,2 FH: 27,5 SZH: 51,7 CK: 12,8 SÓ: 2	Zöldségleves Főtt sertés szelet Meggymártás Pírtott dara  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 576 ZS: 23,7 TZS: 7,1 FH: 21,3 SZH: 67,4 CK: 19,7 SÓ:1,7	Brassó sertés aprópecsenye Vegyes saláta Habos puding  <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 718 ZS: 23,6 TZS: 8,1 FH: 23,3 SZH: 96,7 CK: 36 SÓ: 1,5	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
<b>UZSONNA</b>	Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű kifli Répahasáb  <u>Allergének:</u> 1,7 EN:187 ZS: 6,7 TZS: 4,1 FH: 5,6 SZH:24,3 CK:1 SÓ: 1	Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika  <u>Allergének:</u> 1,6 EN: 217 ZS: 6 TZS: 0,9 FH: 8,4 SZH: 32,2 CK: 0,5 SÓ: 1,6	Zala felvágott Margarin Szezámagos zsemle  <u>Allergének:</u> 1,6,11 EN: 235 ZS: 8,7 TZS: 2,4 FH: 8,2 SZH: 28,1 CK: 0,7 SÓ: 1,3	Trappista sajtszelet Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 275 ZS: 10,3 TZS: 5,7 FH: 11,6 SZH: 32,5 CK: 0,5 SÓ:2,2	Kockasajt Kifli  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 233 ZS: 9,2 TZS: 5,6 FH: 8,2 SZH: 28,4 CK: 2,6 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 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 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.