

ÉTLAP

Debrecen

Általános iskola alsó tagozat

2021.05.03.–2021.05.09.

TÍZÓRAI

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

<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: 1,3</p>	<p>Tea Magyaros vajkrém Szezámmagos zsemle Póréhagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,11,12</p> <p>EN: 277 ZS: 11,2 TZS: 5,9 FH: 6,3 SZH: 37 CK: 8,7 SÓ: 1</p>	<p>Gyümölcsstea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 260 ZS: 8,2 TZS: 1 FH: 4,7 SZH: 40 CK: 8,5 SÓ: 1,1</p>	<p>Tejeskávé Fonott kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 342 ZS: 7 TZS: 3,7 FH: 10,3 SZH: 55,3 CK: 24,3 SÓ:0,7</p>	<p>Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 241 ZS: 5,2 TZS: 1,5 FH: 7,3 SZH: 38 CK: 7,7 SÓ: 1</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>
<p>Magyaros zöldborsóleves Dinó szelet Majorannás burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:704 ZS: 25,5 TZS: 4,8 FH: 20,2 SZH:90,4 CK:3,3 SÓ: 2,5</p>	<p>Köménymag leves Kenyérkocka Borsos sertés tokány Bulgur Csemege uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10</p> <p>EN: 701 ZS: 30 TZS: 7 FH: 22,4 SZH: 72,7 CK: 3,8 SÓ: 2,8</p>	<p>Csirke raguleves Káposztás kocka Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9</p> <p>EN: 569 ZS: 15,1 TZS: 2,1 FH: 24,7 SZH: 82,8 CK: 19,5 SÓ: 0,8</p>	<p>Csontleves Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya fél adag</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 491 ZS: 19,9 TZS: 5 FH: 18,3 SZH: 57,3 CK: 12,4 SÓ:1,8</p>	<p>Zöldség krémleves Leves gyöngy Szezámmagos rántott halfilé Zöldséges rizs Tartármártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9,10,11,12</p> <p>EN: 772 ZS: 29 TZS: 7,6 FH: 28,5 SZH: 95,6 CK: 6,9 SÓ: 2,2</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>
<p>Kenőmájás Hosszú zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN:263 ZS: 9,3 TZS: 0,4 FH: 9,4 SZH:35,3 CK:0 SÓ: 1,2</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 253 ZS: 10,1 TZS: 3,6 FH: 7,9 SZH: 30,9 CK: 0,5 SÓ: 1,5</p>	<p>Reszelt sajt Margarin Zsemle Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 268 ZS: 10,3 TZS: 5,7 FH: 11,6 SZH: 30,4 CK: 0,7 SÓ: 1,3</p>	<p>Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 207 ZS: 4,5 TZS: 1,2 FH: 9,4 SZH: 32,3 CK: 0,6 SÓ:1,7</p>	<p>Túró desszert Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 6,7</p> <p>EN: 119 ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH: 1,9 SZH: 17,4 CK: 16,3 SÓ: 0</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

UZSONNA

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. 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 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.

ÉTLAP

Debrecen

Általános iskola alsó tagozat

2021.05.10.–2021.05.16.

TÍZÓRAI

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

<p>Tej Lekváros táska</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:286 ZS: 10,7 TZS: 5,7 FH: 8,9 SZH:34,8 CK:19,6 SÓ: 0,5</p>	<p>Tej Méz Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 333 ZS: 5,7 TZS: 2,6 FH: 10,4 SZH: 56,3 CK: 26,1 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcs tea Tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,6,10,12</p> <p>EN: 273 ZS: 8,7 TZS: 3,9 FH: 9,1 SZH: 38,3 CK: 7,7 SÓ: 1</p>	<p>Kakaós tej Teavaj Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 345 ZS: 10,3 TZS: 6,2 FH: 10,6 SZH: 48,5 CK: 22,4 SÓ: 0,8</p>	<p>Gyümölcs tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 249 ZS: 5 TZS: 2,2 FH: 7,1 SZH: 40,4 CK: 9,9 SÓ: 1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
<p>Alföldi tézstaleves Ananászos csirkeragu Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,9,12</p> <p>EN:528 ZS: 18,4 TZS: 3,6 FH: 20,1 SZH:69,8 CK:9,9 SÓ: 1,6</p>	<p>Hagyma krémleves Pirított zsemlekocka Bolognai sertés ragu Spagetti Reszelt sajt Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9</p> <p>EN: 669 ZS: 30,3 TZS: 10 FH: 26,2 SZH: 71,9 CK: 19,4 SÓ: 3,7</p>	<p>Csokonai sertés raguleves Szilvátöltelikes gombóc Fahéjas szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 912 ZS: 26,7 TZS: 5,2 FH: 25,6 SZH: 147,9 CK: 34,4 SÓ: 1,7</p>	<p>Vajas galuska leves Sertés pörkölt Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Kókuszgolyó</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 946 ZS: 35,7 TZS: 12,6 FH: 36 SZH: 109 CK: 11,4 SÓ: 3,8</p>	<p>Gyümölcsleves Rántott csirkemell Póréhagymás rizs Lilakáposzta saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 773 ZS: 15,7 TZS: 3,3 FH: 33,1 SZH: 124,9 CK: 28,4 SÓ: 2,4</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
<p>Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:207 ZS: 4,3 TZS: 2,4 FH: 8,3 SZH:32 CK:1,3 SÓ: 1,1</p>	<p>Olasz felvágott Margarin Szezámagos zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,11</p> <p>EN: 241 ZS: 8,9 TZS: 2,4 FH: 8,6 SZH: 28,5 CK: 0,8 SÓ: 1,3</p>	<p>Trappista sajtzelet Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 271 ZS: 10,3 TZS: 5,7 FH: 11,6 SZH: 30,7 CK: 0,7 SÓ: 1,8</p>	<p>Füstölt baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 240 ZS: 7,9 TZS: 2,6 FH: 8 SZH: 32,9 CK: 0,5 SÓ: 1,8</p>	<p>Müzliszelet Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,6,12</p> <p>EN: 116 ZS: 1,9 TZS: 0,8 FH: 1,5 SZH: 22,4 CK: 15,6 SÓ: 0,1</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 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 kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést 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.

ÉTLAP

Debrecen

Általános iskola alsó tagozat

2021.05.17.–2021.05.23.

TÍZÓRAI

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

<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 Sajtos rúd</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 207 ZS: 9,6 TZS: 4,9 FH: 3,9 SZH: 26 CK: 7,2 SÓ: 1,4</p>	<p>Gyümölcs tea Körözött Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 253 ZS: 5,2 TZS: 3,1 FH: 9,1 SZH: 40,8 CK: 8,5 SÓ: 1,4</p>	<p>Tejeskávé Fatörzs kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 310 ZS: 6,5 TZS: 3,5 FH: 10 SZH: 49 CK: 23,4 SÓ:0,6</p>	<p>Tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 246 ZS: 5,2 TZS: 1,5 FH: 7,6 SZH: 38,7 CK: 7,7 SÓ: 1</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>
<p>Tavaszi leves Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN:550 ZS: 29 TZS: 8,7 FH: 21,8 SZH:46 CK:3,9 SÓ: 5,2</p>	<p>Daragaluska leves Sült virsli Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 620 ZS: 21,1 TZS: 4,8 FH: 23,3 SZH: 80,6 CK: 10 SÓ: 3,7</p>	<p>Sertés gulyásleves Mákos metélt Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,9,12</p> <p>EN: 684 ZS: 21 TZS: 4,7 FH: 23,1 SZH: 99,3 CK: 38,6 SÓ: 1,2</p>	<p>Gombaleves Sertés húsos rakott burgonya Tavaszi saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 567 ZS: 23 TZS: 7,9 FH: 20,8 SZH: 60 CK: 5,8 SÓ:3,1</p>	<p>Paradicsomleves Rántott halfilé Kukoricás rizs Tzatziki saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9</p> <p>EN: 721 ZS: 20,9 TZS: 3,7 FH: 28,2 SZH: 103,1 CK: 18,7 SÓ: 3</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>
<p>Kenőmájás Teljes kiőrlésű zsemle Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN:227 ZS: 9,1 TZS: 0,2 FH: 7,9 SZH:27,2 CK:0,4 SÓ: 1,1</p>	<p>Libazsír Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 343 ZS: 20,3 TZS: 5,3 FH: 4,8 SZH: 32,3 CK: 0,4 SÓ: 1,1</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 253 ZS: 9,8 TZS: 3,7 FH: 8,2 SZH: 31,2 CK: 0,5 SÓ: 1,5</p>	<p>Sajtkrém Teljes kiőrlésű zsemle Répahasáb</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 193 ZS: 4,1 TZS: 2,3 FH: 7,7 SZH: 29,8 CK: 1,3 SÓ: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>	<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

EBÉD B

UZSONNA

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. 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 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

2021.05.24.–2021.05.30.

TÍZÓRAI
EBÉD A
EBÉD B
UZZONNA

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	Gyümölcs tea Csirkemell sonka Margarin Császárszemle <u>Allergének:</u> 1,6,7,12 EN: 244 ZS: 5,5 SZH: 37,2	Gyümölcs tea Zöldfűszeres sajtkrém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 233 ZS: 4 SZH: 39,8	Karamellás tej Briós <u>Allergének:</u> 1,3,6,7 EN: 310 ZS: 7 SZH: 48,7	Gyümölcs tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12 EN: 249 ZS: 5 SZH: 40,4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
EBÉD A	ÜNNEPNAP <u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	Reszelt tésztaleves Budapest sertésragu Párolt rizs Csemege uborka édesítőszerrel <u>Allergének:</u> 1,9,10 EN: 610 ZS: 27,1 SZH: 68,8	Lencseleves Túrós tészta Alma Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10 EN: 667 ZS: 20,8 SZH: 83,5	Almalé 100%-os Paprikás burgonya virslivel Cékla savanyúság édesítőszerrel Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,6,10,12 EN: 568 ZS: 15,6 SZH: 86,4	Brokkoli krémleves Leves gyöngy Natúr csirkemell Sajtmártás Sárgarépa rizs <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 606 ZS: 21,8 SZH: 64,6	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
EBÉD B							
UZZONNA	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	Trappista sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 275 ZS: 10,6 SZH: 31,4	Füstölt baromfi párizsi Margarin Szezám magos zsemle Kigyó uborka <u>Allergének:</u> 1,11 EN: 232 ZS: 9,5 SZH: 28	Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Saláta levél <u>Allergének:</u> 1,6 EN: 205 ZS: 4,5 SZH: 32	Mese fit Detki keksz Mandarin <u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8 EN: 224 ZS: 7,1 SZH: 34,7	<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 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 étkezést 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.



ÉTLAP

Debrecen

Általános iskola alsó tagozat

2021.05.31.–2021.06.06.

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZZONNA

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

<p>Vaníliás tej Fahéjas csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:355 ZS: 11,5 TZS: 6,3 FH: 8,1 SZH:51 CK:30,7 SÓ:0,5</p>	<p>Gyümölcs tea Körözött Félbarna kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 246 ZS: 3,5 TZS: 2 FH: 10,5 SZH: 41 CK: 7,7 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcs tea Padlizsánkrém Zsemle Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 261 ZS: 8 TZS: 0,9 FH: 4,9 SZH: 40,3 CK: 8,7 SÓ: 0,9</p>	<p>Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Zsúrkenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 329 ZS: 6,1 TZS: 3 FH: 10,3 SZH: 53,6 CK: 23,2 SÓ:0,9</p>	<p>Gyümölcs tea Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 237 ZS: 4,3 TZS: 2,4 FH: 8,3 SZH: 39,3 CK: 8,5 SÓ: 1,1</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>
<p>Tejfőlös zöldbaleves Tarhonyás sertéshús Házi csalamádé</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN:613 ZS: 26,1 TZS: 7 FH: 24,3 SZH:67,4 CK:10,8 SÓ: 1,2</p>	<p>Kukorica daragaluska leves Csirke fasírt Kelkáposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 587 ZS: 17,2 TZS: 2,5 FH: 28,9 SZH: 75,6 CK: 0,8 SÓ: 3,9</p>	<p>Sertés raguleves Mákos nudli Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 883 ZS: 25,3 TZS: 4,9 FH: 24,3 SZH: 111,3 CK: 35,7 SÓ: 2,4</p>	<p>Tojásleves Zöldborsós csirke ragu Párolt rizs Csemege uborka édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</p> <p>EN: 566 ZS: 21,5 TZS: 3,1 FH: 24,9 SZH: 66,8 CK: 1,7 SÓ:2,4</p>	<p>Szilvaleves Panírozott halrudacska Burgonyapüré Vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,7,12</p> <p>EN: 712 ZS: 19,6 TZS: 4,9 FH: 22,4 SZH: 105,8 CK: 35,8 SÓ: 1,3</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>
<p>Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN:250 ZS: 9,3 TZS: 0,2 FH: 8,5 SZH:31,3 CK:0,5 SÓ: 1,4</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 226 ZS: 9,6 TZS: 3,7 FH: 7,3 SZH: 26,6 CK: 0,4 SÓ: 1,3</p>	<p>Edami sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 264 ZS: 9,8 TZS: 5,6 FH: 12,3 SZH: 30,7 CK: 0,4 SÓ: 1,5</p>	<p>Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 220 ZS: 7,2 TZS: 2,5 FH: 8 SZH: 28,2 CK: 0,4 SÓ:1,3</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>	<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 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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj 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.