

Debrecen

Óvoda

2021.08.02.–2021.08.08.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	Tej Sajtos pogácsa  <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN:274 ZS: 9,5    TZS: 5,2    FH: 9,6 SZH:33,2    CK:10    SÓ: 1,2	Kakaós tej Teavaj Kifli  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 345 ZS: 10,3    TZS: 6,2    FH: 10,6 SZH:48,5    CK: 22,4    SÓ: 0,8	Gyümölcs tea Tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,4,6,10,12 EN: 218 ZS: 6,1    TZS: 2,7    FH: 6,9 SZH:32,9    CK: 7,5    SÓ: 0,8	Tej Méz Margarin Zsúrkenyér  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 311 ZS: 6    TZS: 2,9    FH: 9,6 SZH:52,1    CK: 26,7    SÓ: 0,9	Gyümölcs tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka  <u>Allergének:</u> 1,3,12 EN: 210 ZS: 4,6    TZS: 1,4    FH: 6,2 SZH: 33,2    CK: 7,6    SÓ: 0,8		
<b>EBÉD</b>	Lebbencsleves Ananászos csirkeragu Párolt rizs  <u>Allergének:</u> 1,3,6,12 EN:417 ZS: 10,6    TZS: 2,2    FH: 16,6 SZH:62,6    CK:8,3    SÓ: 1,4	Karfiol krémleves Leves gyöngy Bolognai spagetti Reszelt sajt Őszibarack  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 584 ZS: 28,2    TZS: 10,6    FH: 23,9 SZH:57,2    CK: 18,5    SÓ: 2	Lencsegulyás sertéshússal Lekváros palacsinta Alma  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 528 ZS: 17,4    TZS: 4    FH: 19,2 SZH:71    CK: 36,9    SÓ: 0,2	Csontleves Sült virsli Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 448 ZS: 16,1    TZS: 4,1    FH: 17,8 SZH:55,5    CK: 7,4    SÓ: 3,3	Görög gyümölcsleves Rántott csirkemell Póréhagymás rizs Káposztasaláta  <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 615 ZS: 10,6    TZS: 1,9    FH: 26 SZH: 102,9    CK: 29,2    SÓ: 0,3		
<b>UZSONNA</b>	Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika  <u>Allergének:</u> 1,7 EN:192 ZS: 6,7    TZS: 3,8    FH: 4,7 SZH:26,7    CK:1    SÓ: 1	Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kígyóborka  <u>Allergének:</u> 1 EN: 175 ZS: 2,9    TZS: 0,8    FH: 7,5 SZH:27,1    CK: 0,4    SÓ: 1	Trappista sajtzelet Margarin Zsemle Zöldpaprika  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 236 ZS: 7,7    TZS: 4    FH: 9,2 SZH:30,4    CK: 0,7    SÓ: 1,4	Füstölt baromfi párizsi Margarin Zsemle Paradicsom  <u>Allergének:</u> 1 EN: 213 ZS: 6,1    TZS: 1,9    FH: 6,8 SZH:30,9    CK: 0,7    SÓ: 1,1	Müzli szelet Sárgadinnye  <u>Allergének:</u> 1,5,6,12 EN: 147 ZS: 1,9    TZS: 0,8    FH: 1,5 SZH: 30,2    CK: 23,4    SÓ: 0,1		

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. Citillagfűt; 14. Puhatestűek.  
 Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainkkal! 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.



# ÉTLAP

Debrecen

Óvoda

2021.08.09.–2021.08.15.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	<p>Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:299 ZS: 5,4    TZS: 2,4    FH: 9,5 SZH:48,4    CK:22,3    SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcsstea Főtt virsli Mustár Hot dog kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,10,12</p> <p>EN: 154 ZS: 9,9    TZS: 2,8    FH: 6,7 SZH:9,8    CK: 8,5    SÓ: 1,3</p>	<p>Gyümölcsstea Túrókrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 202 ZS: 2,8    TZS: 1,6    FH:7,7 SZH:34,6    CK: 7,7    SÓ: 0,9</p>	<p>Tejbedara Kakaós szórát</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 262 ZS: 4    TZS: 2,4    FH: 9,2 SZH:43    CK: 26,8    SÓ: 0,3</p>	<p>Gyümölcsstea Házi húskrém Teljes kiőrlésű kenyér Jégsaprettek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN: 232 ZS: 8,6    TZS: 4,1    FH: 7,9 SZH: 34,1    CK: 8,1    SÓ: 1,1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
<b>EBÉD</b>	<p>Tavaszi leves Rakott kelkáposzta Teljes kiőrlésű kenyér Nektarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:523 ZS: 19,8    TZS: 5,9    FH: 20,4 SZH:60,8    CK:14,2    SÓ: 1,6</p>	<p>Kukorica krémleves Leves gyöngy Kolbásos rakott burgonya Tavaszi saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,10,12</p> <p>EN: 555 ZS: 21,7    TZS: 8,9    FH: 18,2 SZH:56,9    CK: 8,4    SÓ: 2,6</p>	<p>Legényfogó leves Mákos metélt Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN: 555 ZS: 15,8    TZS: 3,7    FH:19 SZH:82,2    CK: 35,5    SÓ: 0,2</p>	<p>Köménymagleves Kenyérkocka Sertés aprópecsenye Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Kókuszgolyó</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 656 ZS: 31,2    TZS: 9,8    FH: 19,9 SZH:69,7    CK: 16,4    SÓ: 1,8</p>	<p>Paradicsomleves Panírozott halrudacska Kukoricás rizs Kovászos uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,9</p> <p>EN: 552 ZS: 17,6    TZS: 2,1    FH: 18,5 SZH: 80,5    CK: 17,3    SÓ: 2,5</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
<b>UZSONNA</b>	<p>Kenőmájás Kifli Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,10</p> <p>EN:201 ZS: 6,6    TZS: 0,2    FH: 7 SZH:27,4    CK:1,1    SÓ: 0,9</p>	<p>Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 176 ZS: 4,7    TZS: 2,8    FH: 4,9 SZH:26,9    CK: 0,9    SÓ: 0,9</p>	<p>Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 195 ZS: 5,7    TZS: 1,6    FH:6,5 SZH:26,6    CK: 0,4    SÓ: 1,2</p>	<p>Sajtkrém Császárszemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 200 ZS: 5,3    TZS: 2,8    FH: 6,9 SZH:30,9    CK: 2,2    SÓ: 0,8</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: 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 keresztiszennyeződéssel 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. Cillagfürt; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a szolgáltatót végző munkatársainkkal! 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.

# ÉTLAP

Debrecen

Óvoda

2021.08.16.–2021.08.22.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap	
TÍZÓRAI	Tej Gabonagolyó  <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN:178 ZS: 3,8 TZS: 2 FH: 7 SZH:25,4 CK:16,4 SÓ: 0,3	Gyümölcsstea Csirkemell sonka Margarin Császárszemle  <u>Allergének:</u> 1,6,7,12 EN: 233 ZS: 5,3 TZS: 2 FH: 7,8 SZH:37,1 CK: 8,7 SÓ: 1	Gyümölcsstea Zöldfűszeres sajtkrém Kifli  <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 196 ZS: 3,2 TZS: 1,7 FH:6,6 SZH:34,3 CK: 8,8 SÓ: 0,7	Karamellás tej Fonott kalács  <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 306 ZS: 6,3 TZS: 3,4 FH: 9,5 SZH:49,2 CK: 24,4 SÓ: 0,6				
EBÉD	Csontleves Paradicsomos húsos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,9 EN:446 ZS: 20 TZS: 5,2 FH: 20 SZH:44,9 CK:12,1 SÓ: 1,9	Karamellás körteleves Budapest sertésragu Párolt rizs Csemege uborka édesítőszerrel  <u>Allergének:</u> 1,7,10,12 EN: 560 ZS: 20,5 TZS: 5,8 FH: 17 SZH:75,3 CK: 25,2 SÓ: 2,2	Gulyásleves sertéshússal Túrós csusza Teljes kiőrlésű kenyér Őszibarack  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 687 ZS: 25,9 TZS: 9,6 FH:29 SZH:78,6 CK: 12,7 SÓ: 0,9	Almalé 100%-os Paprikás burgonya virslivel Házi csalamádé Teljes kiőrlésű kenyér Alma  <u>Allergének:</u> 1,6,12 EN: 514 ZS: 13,2 TZS: 3,6 FH: 13,5 SZH:80,6 CK: 35 SÓ: 1,7	<b>ÜNNEPNAP</b>			
UZSONNA	Vajkrém Félbarna kenyér Pritamin paprika  <u>Allergének:</u> 1,7 EN:192 ZS: 6,4 TZS: 3,6 FH: 4,6 SZH:27,6 CK:1 SÓ: 1,2	Trappista sajszelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 217 ZS: 7,8 TZS: 4,2 FH: 8,6 SZH:26,4 CK: 0,4 SÓ: 1,5	Füstölt baromfi párizsi Margarin Szezámagos zsemle Kígyóborka  <u>Allergének:</u> 1,11 EN: 210 ZS: 7,7 TZS: 2,4 FH:6,9 SZH:27,7 CK: 0,6 SÓ: 1	Olasz felvágott Margarin Szezámagos zsemle Saláta levél  <u>Allergének:</u> 1,6,11 EN: 215 ZS: 7,3 TZS: 2 FH: 7,1 SZH:27,8 CK: 0,7 SÓ: 1,1				

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztiszennyeződéssel 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. Citillagfűrt; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást 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.

# ÉTLAP

Debrecen

Óvoda

2021.08.23.–2021.08.29.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	<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>Gyümölcsstea Körözött Félbarna kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 204 ZS: 2,7    TZS: 1,5    FH: 8,2 SZH:35,2    CK: 7,6    SÓ: 0,9</p>	<p>Gyümölcsstea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 213 ZS: 5,6    TZS: 0,7    FH:4,1 SZH:35    CK: 8,1    SÓ: 0,9</p>	<p>Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Zsúrkenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 303 ZS: 6    TZS: 2,9    FH: 9,6 SZH:48,4    CK: 23    SÓ: 0,8</p>	<p>Gyümölcsstea Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 195 ZS: 3    TZS: 1,6    FH: 6,3 SZH: 34    CK: 8,1    SÓ: 0,9</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
<b>EBÉD</b>	<p>Tejfőlés zöldbaleves Tarhonyás sertés húshús Házi csalamádé Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:523 ZS: 19,7    TZS: 5,3    FH: 19,5 SZH:64,2    CK:19,9    SÓ: 1,1</p>	<p>Daragaluska leves Sült kolbász Kelkáposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 284 ZS: 7,9    TZS: 1    FH: 9,7 SZH:41,4    CK: 0,2    SÓ: 1,5</p>	<p>Sertés raguleves Aranygaluska Vanília ízű öntet Görögdinnye</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,8,9</p> <p>EN: 690 ZS: 22,5    TZS: 7,7    FH:20,3 SZH:99,8    CK: 31,8    SÓ: 0,8</p>	<p>Tojásleves Zöldborsós csirke ragu Párolt rizs Csemege uborka édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 457 ZS: 17,8    TZS: 2,5    FH: 19,4 SZH:54    CK: 1,3    SÓ: 2,2</p>	<p>Almás szilvakerémeles Panírozott halrudacska Burgonyapüré Vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,7,12</p> <p>EN: 551 ZS: 13,6    TZS: 3,1    FH: 17,3 SZH: 85,2    CK: 28,9    SÓ: 1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
<b>UZSONNA</b>	<p>Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN:193 ZS: 6,3    TZS: 0,2    FH: 6,4 SZH:25,9    CK:0,4    SÓ: 1</p>	<p>Pulykasonka Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 190 ZS: 3,6    TZS: 1    FH: 7,4 SZH:30,1    CK: 0,7    SÓ: 1,2</p>	<p>Edami sajt Margarin Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 214 ZS: 7,6    TZS: 4    FH:9,5 SZH:26,6    CK: 1,1    SÓ: 1</p>	<p>Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 173 ZS: 3,7    TZS: 1,1    FH: 7,1 SZH:27,8    CK: 0,5    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>	<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. Cillagfű; 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

# ÉTLAP

Debrecen

Óvoda

2021.08.30.–2021.09.05.

	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	Gyümölcs tea Vaníliás krémtúró Zsemle  <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 229 ZS: 2,8    TZS: 1,6    FH: 8,4 SZH:39,9    CK: 9,8    SÓ: 0,7	Kakaós tej Sajtos pogácsa  <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 328 ZS: 9,7    TZS: 5,3    FH: 10 SZH:45,8    CK: 22    SÓ: 1,2	Tej Gabonapehely  <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 178 ZS: 3,9    TZS: 2    FH: 7 SZH:25,2    CK: 16,2    SÓ: 0,3	Gyümölcs tea Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka  <u>Allergének:</u> 1,12 EN: 201 ZS: 3,8    TZS: 1,2    FH: 7 SZH: 33,4    CK: 7,5    SÓ: 1,2	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
<b>EBÉD</b>	Tarhonya leves Rakott karfiol Teljes kiőrlésű kenyér Szőlő  <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN:582 ZS: 20,7    TZS: 6,5    FH: 20,1 SZH:72,3    CK:17,8    SÓ: 1,6	Zellerkrémleves Pirított zsemlekocka Édes-savanyú csirkecsikok Párolt rizs  <u>Allergének:</u> 1,6,7,9,11,12 EN: 433 ZS: 11,1    TZS: 2,5    FH: 17,9 SZH:64,4    CK: 6,6    SÓ: 1,8	Babgulyás sertéshússal Sajtos tejfőlés tészta Nektarin  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 659 ZS: 27    TZS: 11,1    FH: 29,3 SZH:69,9    CK: 15    SÓ: 0,7	Tavaszi leves Fokhagymás sertés aprópecsenye Magyaros burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Barackos kevert sütemény  <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 635 ZS: 24,9    TZS: 5,1    FH: 19 SZH:79,7    CK: 16,6    SÓ: 1,5	Paradicsomleves Rántott csirkemell Zöldséges bulgurl Vegyes saláta  <u>Allergének:</u> 1,3,9 EN: 698 ZS: 20,1    TZS: 2,3    FH: 28,4 SZH: 93,3    CK: 22,7    SÓ: 0,7	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
<b>UZSONNA</b>	Majonéz tojáskrém Félbarna kenyér Póréhagyma  <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN:188 ZS: 4,1    TZS: 0,9    FH: 5,6 SZH:29,4    CK:1,8    SÓ: 1	Trappista sajszelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 215 ZS: 7,8    TZS: 4,2    FH: 8,6 SZH:26    CK: 0,4    SÓ: 1,5	Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika  <u>Allergének:</u> 1,6 EN: 179 ZS: 4,7    TZS: 0,8    FH: 6,4 SZH:27,6    CK: 0,4    SÓ: 1,1	Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Retek  <u>Allergének:</u> 1,6 EN: 196 ZS: 5,4    TZS: 1,5    FH: 6,4 SZH:27,6    CK: 0,4    SÓ: 1,4	Kockasajt Kifli  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 203 ZS: 6,6    TZS: 4    FH: 7 SZH: 27,9    CK: 2,1    SÓ: 1,2	<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 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. Cillagfű; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást 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 étel fényképes receptje honlapunkon ([www.hungast.hu](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.