

Esztergom

Alsó tagozatos étlap

2022. 08. 29.–2022. 09. 04.

TÍZÓRAI
EBÉD A
EBÉD B
UZZONNA

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	Gyümölcs tea Pritaminos sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 228 ZS: 3,9 SZH: 38,6	Gyümölcs tea Sajtos pogácsa <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 202 ZS: 6,5 SZH: 31,1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
EBÉD A	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	Fahéjas almaleves Zöldséges rizseshús Csemegeuborka <u>Allergének:</u> 1,7,10,12 EN: 592 ZS: 20,6 SZH: 81,4	Kakukkfűves hagymakrémeles Kenyérkocka Bolognai spagetti Reszelt sajt <u>Allergének:</u> 1,7,9 EN: 649 ZS: 26,4 SZH: 72,9	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
EBÉD B	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	Fahéjas almaleves Reszelt sertésmáj Tört burgonya Csemegeuborka <u>Allergének:</u> 1,7,10,12 EN: 462 ZS: 6,9 SZH: 70,1	Kakukkfűves hagymakrémeles Kenyérkocka Kukoricapelyhes csirkemell Petrezselymes bulgur Vitaminsaláta <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 832 ZS: 13,9 SZH: 124,4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
UZZONNA	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<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. Glutén 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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
 Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéset 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.



Esztergom

Alsó tagozatos étlap

2022. 09. 05.–2022. 09. 11.

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

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 Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 244 ZS: 4,3 TZS: 2,4 FH: 8,3 SZH: 41,1 CK: 8,5 SÓ: 1,2</p>	<p>Tej Baromfi párizsi Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 310 ZS: 8,7 TZS: 2,5 FH: 14 SZH: 40,5 CK: 9,9 SÓ: 1,6</p>	<p>Gyümölcs tea Póréhagymás túrókrém Zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 241 ZS: 3,7 TZS: 2,1 FH: 10,1 SZH: 39,1 CK: 8,1 SÓ:0,7</p>	<p>Gyümölcs tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 248 ZS: 5,2 TZS: 1,5 FH: 7,6 SZH: 39,2 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>Tarhonyaleves Dinó szelet Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:633 ZS: 16,8 TZS: 3,9 FH: 22,5 SZH:92,9 CK:22,5 SÓ: 1,7</p>	<p>Húsgaluska leves Gránátos kocka Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 575 ZS: 22,8 TZS: 5 FH: 21,2 SZH: 68,4 CK: 7,9 SÓ: 3,4</p>	<p>Tojásleves Erdélyi rakott káposzta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 685 ZS: 39,6 TZS: 13 FH: 24,1 SZH: 51 CK: 5,3 SÓ: 4,5</p>	<p>Paradicsomleves Rántott halfilé Petrezselymes burgonya Tzatziki</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9,12</p> <p>EN: 651 ZS: 15,6 TZS: 2,9 FH: 21,4 SZH: 100,7 CK: 20,2 SÓ:0,9</p>	<p>Zöldborsóleves Csikós sertéstokány Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 590 ZS: 26,1 TZS: 7,7 FH: 20,3 SZH: 65,7 CK: 2,4 SÓ: 0,8</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>Tarhonyaleves Sertésfasírt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:638 ZS: 23,8 TZS: 7,5 FH: 22 SZH:78,3 CK:20,7 SÓ: 2,7</p>	<p>Húsgaluska leves Mákos guba Vaníliás öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 803 ZS: 27,6 TZS: 8,7 FH: 30,3 SZH: 101,8 CK: 44 SÓ: 1,9</p>	<p>Tojásleves Baconos csirkemáj Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 525 ZS: 21,5 TZS: 4,4 FH: 23,5 SZH: 58,5 CK: 1 SÓ: 1,6</p>	<p>Paradicsomleves Amerikai sajtos tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 589 ZS: 23,5 TZS: 7,8 FH: 21 SZH: 74,7 CK: 26,9 SÓ:2,1</p>	<p>Zöldborsóleves Rakott burgonya Vitaminsaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12</p> <p>EN: 684 ZS: 27,7 TZS: 10,7 FH: 21,9 SZH: 64,6 CK: 10,7 SÓ: 2,8</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><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><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><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><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. Szezámmag; 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 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.

Esztergom

Alsó tagozatos étlap

2022. 09. 12.–2022. 09. 18.

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZZONNA

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	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 Teljes kiőrlésű kenyér Tojáskrém házi <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12 EN: 280 ZS: 7,7 TZS: 3,2 FH: 9,4 SZH: 38,7 CK: 8,1 SÓ: 1,1	Gyümölcsstea Barackos túrókrém Zsemle <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 241 ZS: 2,7 TZS: 1,5 FH: 8,7 SZH: 43,4 CK: 13,2 SÓ: 0,7	Kakaós tej Gabonapehely <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 271 ZS: 4,5 TZS: 2,2 FH: 8,1 SZH: 45,8 CK: 31,7 SÓ:0,4	Gyümölcsstea Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,12 EN: 250 ZS: 4,7 TZS: 1,8 FH: 9,4 SZH: 40,3 CK: 8,3 SÓ: 1,6	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD A	Tejfőlös burgonyaleves Lecsós virsli Tarhonya Alma <u>Allergének:</u> 1,6,7,9,12 EN:771 ZS: 36,6 TZS: 12,2 FH: 20,9 SZH:80,8 CK:18,1 SÓ: 2,3	Gyümölcsleves Zöldborsós csirkemáj Párolt rizs Lilakószta saláta <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 645 ZS: 17,5 TZS: 4 FH: 22,6 SZH: 99,5 CK: 31,8 SÓ: 2,2	Csirkeraguleves Tejbedara Fahéjas porcukor <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 419 ZS: 6,8 TZS: 2,9 FH: 23,9 SZH: 61,3 CK: 35,2 SÓ: 1	Zöldségleves Chilis bab Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,12 EN: 546 ZS: 14,1 TZS: 4,3 FH: 29,6 SZH: 73,7 CK: 7,4 SÓ:1,9	Köménymaglevés Kenyérkocka Rántott sertésszelet Sárgarépás rizs Házi vegyes saláta <u>Allergének:</u> 1,3 EN: 809 ZS: 27,8 TZS: 4,5 FH: 30,4 SZH: 107,3 CK: 8,7 SÓ: 1,7	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD B	Tejfőlös burgonyaleves Rakott karfiol Félbarna kenyér Alma <u>Allergének:</u> 1,7,9,12 EN:749 ZS: 31,3 TZS: 9,3 FH: 25,1 SZH:82 CK:15 SÓ: 1	Gyümölcsleves Stefánia vagdalt Burgonyapüré Lilakószta saláta <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 674 ZS: 24,3 TZS: 8,2 FH: 21,4 SZH: 87,9 CK: 32,8 SÓ: 2,2	Csirkeraguleves Sajtos tejfőlös tészta <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 582 ZS: 22,9 TZS: 10,3 FH: 32,5 SZH: 56,6 CK: 4,5 SÓ: 1,5	Zöldségleves Főtt sertésszelet Gyümölcsmártás Pírtott dara <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 510 ZS: 15,2 TZS: 3,6 FH: 23,7 SZH: 67,5 CK: 21,1 SÓ:0,6	Köménymaglevés Kenyérkocka Dijoni sertésragu Tört burgonya <u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12 EN: 502 ZS: 19,5 TZS: 4,9 FH: 19,1 SZH: 56,8 CK: 1,8 SÓ: 0,6	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZZONNA	<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 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. 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 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.

Esztergom

Alsó tagozatos étlap

2022. 09. 19.–2022. 09. 25.

TÍZÓRAI
EBÉD A
EBÉD B
UZZONNA

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Vaníliás tej Fonott kalács <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:346 ZS: 7 TZS: 3,7 FH: 10,2 SZH:56,8 CK:25,2 SÓ: 0,7	Gyümölcs tea sajtkrém házi Zsemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 311 ZS: 13,4 TZS: 6,8 FH: 8,2 SZH: 37,9 CK: 7,8 SÓ: 1	Gyümölcs tea Mediterrán tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,4,6,7,10,12 EN: 236 ZS: 3,9 TZS: 2 FH: 9,6 SZH: 38,9 CK: 8,5 SÓ: 1,2	Tej Szamóca extra dzsem Margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 324 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,3 SZH: 53,6 CK: 22,3 SÓ: 1,3	Gyümölcs tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,12 EN: 241 ZS: 5,2 TZS: 1,5 FH: 7,3 SZH: 38 CK: 7,7 SÓ: 1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
EBÉD A	Eperkrémleves Borsos sertéstokány Bulgur Csemegeuborka <u>Allergének:</u> 1,7,10,12 EN:697 ZS: 23 TZS: 6,6 FH: 21,5 SZH:89 CK:33,6 SÓ: 1,6	Magyaros gombaleves Sertésfasírt Majorannás burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 592 ZS: 22,9 TZS: 6,3 FH: 22,1 SZH: 67,8 CK: 2,1 SÓ: 2,1	Palócleves Mákos tészta Alma <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 755 ZS: 26,2 TZS: 6,6 FH: 24,2 SZH: 102 CK: 42,1 SÓ: 0,1	Kertészleves Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya fél adag Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN: 540 ZS: 18,7 TZS: 4,8 FH: 20,3 SZH: 69,2 CK: 16,9 SÓ: 2,5	Brokkolikrémleves Leves gyöngy Húsos paella Káposztasaláta <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 675 ZS: 30,6 TZS: 9,9 FH: 24,7 SZH: 73,4 CK: 13,4 SÓ: 2,1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
EBÉD B	Eperkrémleves Parajos sertés húsos penne <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN:586 ZS: 19,9 TZS: 7,4 FH: 24,5 SZH:76,3 CK:33,8 SÓ: 0,4	Magyaros gombaleves Sertésfasírt Paradicsomos káposztafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,12 EN: 581 ZS: 26,7 TZS: 5,7 FH: 21,1 SZH: 62,2 CK: 13,8 SÓ: 3,3	Palócleves Langalló Alma <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 1041 ZS: 49,2 TZS: 22,5 FH: 38,6 SZH: 97,8 CK: 17,4 SÓ: 2,6	Kertészleves Rakott brokkoli Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 523 ZS: 25,6 TZS: 7,5 FH: 23 SZH: 45,5 CK: 2,9 SÓ: 1,1	Brokkolikrémleves Leves gyöngy Pulykapörkölt Bulgur Káposztasaláta <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 635 ZS: 17,2 TZS: 4,1 FH: 26,4 SZH: 81,6 CK: 11,7 SÓ: 1,8	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
UZZONNA	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
 Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kizsologálást 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

Esztergom

Alsó tagozatos étlap

2022. 09. 26.–2022. 10. 02.

TÍZÓRAI

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

<p>Gyümölcsstea Sajtos pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:202 ZS: 6,5 TZS: 3,4 FH: 3,8 SZH:31,1 CK:7,9 SÓ: 0,9</p>	<p>Kakaós tej Margarin Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 307 ZS: 6,1 TZS: 2,8 FH: 10,6 SZH: 48,4 CK: 22,3 SÓ: 0,9</p>	<p>Gyümölcsstea Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 272 ZS: 9,7 TZS: 5,6 FH: 5,7 SZH: 38,7 CK: 8,5 SÓ: 1,3</p>	<p>Tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 333 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,2 SZH: 57,4 CK: 26,1 SÓ:1,3</p>	<p>Gyümölcsstea Majonézes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 260 ZS: 6,5 TZS: 1,3 FH: 7 SZH: 39,7 CK: 9,1 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>Lebbencsleves Dijoni sertésragu Párolt rizs Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN:643 ZS: 24,5 TZS: 6,9 FH: 20,8 SZH:81,9 CK:14 SÓ: 0,5</p>	<p>Karfiollevés Bazsalikomos paradicsommártás Spagetti Reszelt sajt</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 470 ZS: 16,6 TZS: 4,7 FH: 16,3 SZH: 63,1 CK: 9,8 SÓ: 1,4</p>	<p>Gulyásleves Szilvatöltelékes gombóc Fahéjas porcukor</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 872 ZS: 23,6 TZS: 4 FH: 25,8 SZH: 145,3 CK: 28,9 SÓ: 1,6</p>	<p>Citromos kerti leves Sült virsli Sárgaborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 613 ZS: 24,4 TZS: 6,6 FH: 24 SZH: 64,1 CK: 2,1 SÓ:2,5</p>	<p>Csontleves Lilahagymás sajtkrémes sertéssült Pritaminos rizs Vitaminsaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 634 ZS: 27,9 TZS: 7,7 FH: 28,9 SZH: 64,5 CK: 11,6 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>Lebbencsleves Gombócós káposzta Félbarna kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:600 ZS: 22,5 TZS: 8,8 FH: 22,6 SZH:70,7 CK:16 SÓ: 4,2</p>	<p>Karfiollevés Főtt tojás Parajmártás Főtt burgonya fél adag</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 315 ZS: 9,2 TZS: 2,4 FH: 13 SZH: 38,3 CK: 4,2 SÓ: 0,9</p>	<p>Gulyásleves Dejős tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 685 ZS: 23,1 TZS: 4,7 FH: 24,7 SZH: 92,6 CK: 26,2 SÓ: 0,1</p>	<p>Citromos kerti leves Sült virsli Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 411 ZS: 19 TZS: 6 FH: 14,3 SZH: 40,8 CK: 3,5 SÓ:1,8</p>	<p>Csontleves Hentes sertéstokány Bulgur</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12</p> <p>EN: 618 ZS: 24,4 TZS: 6,8 FH: 23,4 SZH: 64,1 CK: 1,6 SÓ: 1,5</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><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><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><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><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. Szezámmag; 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.