

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Budapest

Általános Iskola Alsó Tagozat

2022. 08. 29.–2022. 09. 04.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:		
EN:			EN:			EN:			EN: 238			EN: 260			EN:		
ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS: 4,4	TZS: 2,4	FH: 8,3	ZS: 6,5	TZS: 1,3	FH: 7	ZS:	TZS:	FH:
SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:39,5	CK: 8,5	SÓ: 1,1	SZH: 39,7	CK: 9,1	SÓ: 1	SZH:	CK:	SÓ:

EBÉD

Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:		
EN:			EN:			EN:			EN: 479			EN: 945			EN:		
ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS: 6,8	TZS: 2,2	FH: 24,8	ZS: 34	TZS: 8,1	FH: 32,2	ZS:	TZS:	FH:
SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:74,7	CK: 31,7	SÓ: 1,4	SZH: 115,1	CK: 9	SÓ: 2,6	SZH:	CK:	SÓ:

UZSONNA

Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:		
EN:			EN:			EN:			EN: 259			EN: 156			EN:		
ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS: 11	TZS: 4,2	FH: 8,3	ZS: 6	TZS: 3,8	FH: 1,8	ZS:	TZS:	FH:
SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:31,6	CK: 1,6	SÓ: 1,3	SZH: 22,8	CK: 17,8	SÓ: 0	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 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.



Budapest

Általános Iskola Alsó Tagozat

2022. 09. 05.–2022. 09. 11.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<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>Gyümölcsstea 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>Karamellás tej Fahéjas csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 347 ZS: 11,5 TZS: 6,3 FH:8,1 SZH:49,2 CK: 30,7 SÓ: 0,5</p>	<p>Gyümölcsstea Póréhagymás túrókrém Zsemle Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 253 ZS: 3,7 TZS: 2,1 FH: 10,4 SZH:41,8 CK: 11,1 SÓ: 1,9</p>	<p>Gyümölcsstea 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>
--	--	---	--	--	--	--

EBÉD

<p>Tarhonyaleves Bácskai rizseshús Csemegeuborka Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN:651 ZS: 25,2 TZS: 7,6 FH: 21,9 SZH:80,8 CK:16,7 SÓ: 1,7</p>	<p>Húsgaluska leves Mákos guba Vaníliás öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 713 ZS: 21,2 TZS: 5,3 FH: 27 SZH:99,2 CK: 44 SÓ: 2,6</p>	<p>Tojásleves Stroganoff sertéstokány Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 586 ZS: 28,7 TZS: 6,4 FH:20 SZH:60,5 CK: 2,6 SÓ: 0,5</p>	<p>Paradicsomleves Orsó tészta Halpaprikás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9,12</p> <p>EN: 582 ZS: 16,4 TZS: 2,7 FH: 25,7 SZH:81,7 CK: 22,4 SÓ: 0,6</p>	<p>Mentás zöldborsókrémleves Leves gyöngy Paprikás burgonya füstölt kolb Vitaminsaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 633 ZS: 31,5 TZS: 12,4 FH: 19,5 SZH: 64 CK: 8,9 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>
---	--	---	---	--	--	--

UZSONNA

<p>Kenőmájas 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>Paprikás szalámi Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 247 ZS: 9,8 TZS: 3,4 FH: 7,8 SZH:30 CK: 0,7 SÓ: 1,3</p>	<p>Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 217 ZS: 6 TZS: 0,9 FH:8,4 SZH:32,2 CK: 0,5 SÓ: 1,6</p>	<p>Edami sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 234 ZS: 7,4 TZS: 4 FH: 9,7 SZH:30,7 CK: 0,4 SÓ: 1,3</p>	<p>Erdei gyümölcsös joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 273 ZS: 4,9 TZS: 2,9 FH: 8,5 SZH: 47,5 CK: 19,1 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 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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést 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.

Budapest

Általános Iskola Alsó Tagozat

2022. 09. 12.–2022. 09. 18.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Fahéjas gabonapehely</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:254 ZS: 4 TZS: 2,8 FH: 8 SZH:42,4 CK:23,6 SÓ: 0,5</p>	<p>Gyümölcs tea Petrezselymes uborkás tojáskré Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 256 ZS: 6,3 TZS: 1,2 FH: 6,8 SZH:39,7 CK: 9,1 SÓ: 1</p>	<p>Gyümölcs tea Padlizsánkrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 207 ZS: 2,9 TZS: 0,3 FH:4,6 SZH:38,4 CK: 8,1 SÓ: 0,9</p>	<p>Kakaós tej Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 321 ZS: 7,2 TZS: 4 FH: 10,5 SZH:50,3 CK: 25,5 SÓ: 0,6</p>	<p>Gyümölcs tea Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 250 ZS: 4,7 TZS: 1,8 FH: 9,4 SZH: 40,3 CK: 8,3 SÓ: 1,6</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
---	--	--	--	--	---	---

EBÉD

<p>Tejfölös burgonyaleves Rántott karfiol Petrezselymes rizs Tartármártás Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN:925 ZS: 43,2 TZS: 8,3 FH: 15,6 SZH:109,1 CK:20,4 SÓ: 1,2</p>	<p>Fahéjas almaleves Stefánia vagdalt Burgonyapüré Lilakáposzta saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 655 ZS: 22,9 TZS: 7,4 FH: 21,9 SZH:85,4 CK: 30,8 SÓ: 2,2</p>	<p>Csirke raguleves Sajt sajtos tejfölös tésztához Tejföl Spagetti</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 567 ZS: 22,8 TZS: 10,3 FH:31,9 SZH:53,7 CK: 4,4 SÓ: 1,5</p>	<p>Zöldségleves Főtt sertésszelet Meggymártás Pirított dara</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 537 ZS: 15,3 TZS: 3,6 FH: 23,9 SZH:74,1 CK: 27,7 SÓ: 0,6</p>	<p>Erdei gyümölcs ízű tea Főtt burgonya Fokhagymás sertés aprópecsenye Csalamádé</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN: 416 ZS: 13,6 TZS: 4,1 FH: 16,4 SZH: 52,1 CK: 11,9 SÓ: 1,2</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
---	---	--	--	---	---	---

UZSONNA

<p>Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:231 ZS: 6,8 TZS: 4,1 FH: 6,3 SZH:34,2 CK:1,2 SÓ: 1,2</p>	<p>Trappista sajt Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 238 ZS: 7,7 TZS: 4 FH: 9,3 SZH:30,7 CK: 0,7 SÓ: 1,1</p>	<p>Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 243 ZS: 8,2 TZS: 2,9 FH:8,7 SZH:31,9 CK: 0,7 SÓ: 1,5</p>	<p>Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 223 ZS: 5,9 TZS: 0,9 FH: 8,3 SZH:34,1 CK: 1,7 SÓ: 1,6</p>	<p>Kockasajt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 203 ZS: 6,6 TZS: 4 FH: 7 SZH: 27,9 CK: 2,1 SÓ: 1,2</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. 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 elnézéstet 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.

Budapest

Általános Iskola Alsó Tagozat

2022. 09. 19.–2022. 09. 25.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tejeskávé Fonott kalács <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:342 ZS: 7 TZS: 3,7 FH: 10,3 SZH:55,3 CK:24,3 SÓ: 0,7	Gyümölcsstea Sajtkrém Zsemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 232 ZS: 4,1 TZS: 2,2 FH: 8,2 SZH:38,6 CK: 8,7 SÓ: 0,9	Gyümölcsstea 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	Gyümölcsstea 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: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Eperkrémleves Parajos sertéshúsos 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 Mézés mustáros csirkeragu Párolt rizs <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12 EN: 531 ZS: 17,2 TZS: 2,7 FH: 21,3 SZH:71,9 CK: 10,5 SÓ: 0,9	Palócleves Pizzás táska Alma <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 609 ZS: 29,9 TZS: 13,1 FH:18,2 SZH:61,7 CK: 15,1 SÓ: 1,9	Kertészleves Zöldséges sertésragu Párolt rizs <u>Allergének:</u> 1,12 EN: 538 ZS: 23,6 TZS: 5,4 FH: 19,3 SZH:61,2 CK: 0,9 SÓ: 1,5	Brokkolikrémleves Leves gyöngy Pulykapörkölt Bulgur Káposztasaláta édesítőszerrel <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12 EN: 641 ZS: 17,1 TZS: 4,1 FH: 26,1 SZH: 72,2 CK: 4,6 SÓ: 2	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Kenőmájas Teljes kiőrlésű kifli Lilahagyma <u>Allergének:</u> 1,6,10 EN:215 ZS: 9,2 TZS: 0,2 FH: 7,9 SZH:23,6 CK:1,5 SÓ: 1,1	Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1 EN: 249 ZS: 9,8 TZS: 3,7 FH: 7,9 SZH:30,7 CK: 0,5 SÓ: 1,5	Vajkrém Zsemle Kigyóuborka <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 241 ZS: 9,5 TZS: 5,4 FH:5,8 SZH:31,2 CK: 1,6 SÓ: 1,1	Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1 EN: 248 ZS: 8,5 TZS: 3,1 FH: 8,5 SZH:32,5 CK: 0,8 SÓ: 1,6	Túró desszert Alma <u>Allergének:</u> 6,7 EN: 131 ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH: 2,1 SZH: 20,2 CK: 19,1 SÓ: 0	<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 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.



Budapest

Általános Iskola Alsó Tagozat

2022. 09. 26.–2022. 10. 02.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Gyümölcs tea Sajtos pogácsa <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN:202 ZS: 6,5 TZS: 3,4 FH: 3,8 SZH:31,1 CK:7,9 SÓ: 0,9	Kakaós tej Margarin Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 307 ZS: 6,1 TZS: 2,8 FH: 10,6 SZH:48,4 CK: 22,3 SÓ: 0,9	Gyümölcs tea Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 272 ZS: 9,7 TZS: 5,6 FH:5,7 SZH:38,7 CK: 8,5 SÓ: 1,3	Tej Méz Margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 333 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,2 SZH:57,4 CK: 26,1 SÓ: 1,3	Gyümölcs tea Majonéz tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,10,12 EN: 260 ZS: 6,5 TZS: 1,3 FH: 7 SZH: 39,7 CK: 9,1 SÓ: 1		
EBÉD	Lebbencsleves Székelykáposzta Félbarna kenyér Alma <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN:585 ZS: 24,9 TZS: 9,5 FH: 22,7 SZH:61,7 CK:15,3 SÓ: 3,7	Pikáns karfiolkrémleves Pirított napraforgómag Pritaminos sertésragu Petrezselymes rizs <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 712 ZS: 34,3 TZS: 7,9 FH: 25 SZH:72,5 CK: 5,9 SÓ: 0,3	Gulyásleves Hosszúmetélt Dejózórat <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN: 685 ZS: 23,1 TZS: 4,7 FH:24,7 SZH:92,6 CK: 26,2 SÓ: 0,1	Citromos kerti leves Fokhagymás sertés aprópecsenye Hagymás tört burgonya fél adag Párolt káposzta <u>Allergének:</u> 1,7,9,12 EN: 509 ZS: 26,4 TZS: 6,4 FH: 17,3 SZH:46,5 CK: 10,7 SÓ: 0,2	Őszibarack ízű tea Hentes sertéstokány Bulgur <u>Allergének:</u> 1,10,12 EN: 612 ZS: 23,3 TZS: 6,7 FH: 22 SZH: 66,5 CK: 12,5 SÓ: 0,9		
UZSONNA	Körözött Pritamin paprika Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN:218 ZS: 3,7 TZS: 2,1 FH: 10,6 SZH:33,1 CK:0,6 SÓ: 0,9	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1 EN: 243 ZS: 8,2 TZS: 2,9 FH: 8,7 SZH:31,9 CK: 0,7 SÓ: 1,5	Trappista sajt Margarin Zsemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 238 ZS: 7,7 TZS: 4 FH:9,3 SZH:30,7 CK: 0,7 SÓ: 1,1	Füstölt baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Csemegeuborka <u>Allergének:</u> 1,10,12 EN: 252 ZS: 8,2 TZS: 2,7 FH: 8,4 SZH:34,5 CK: 3,5 SÓ: 2,7	Müzli szelet Alma <u>Allergének:</u> 1,5,6,12 EN: 128 ZS: 1,9 TZS: 0,8 FH: 1,7 SZH: 25,2 CK: 18,4 SÓ: 0,1		

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztaszennyeződéssel 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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kizsoltatásunknál! 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.