

Szombathely

Általános iskola alsó tagozat kiszállítás

2023. 10. 02.–2023. 10. 08.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Sajtkrém Félbarna kenyér Reszelt sárgarépa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:216 ZS: 4 TZS: 2,2 FH: 8,2 SZH:35 CK:1,3 SÓ: 1,37</p>	<p>Petrezselymes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 218 ZS: 5 TZS: 2,2 FH: 7,4 SZH:31,9 CK: 0,9 SÓ: 1,05</p>	<p>Aszaltgyümölcsös kalács Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 311 ZS: 3,8 TZS: 1,7 FH:6,9 SZH:62,5 CK: 34,1 SÓ: 0,08</p>	<p>Narancslé 100%-os Tonhalkrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,10,12</p> <p>EN: 267 ZS: 1,3 TZS: 0,1 FH: 9,7 SZH:49,6 CK: 0,6 SÓ: 1,17</p>	<p>Reszelt sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 275 ZS: 10,6 TZS: 5,9 FH: 11,8 SZH: 31,4 CK: 0,5 SÓ: 1,57</p>		
EBÉD	<p>Csontleves Karfioles sertéspaprikás Bulgur</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN:711 ZS: 30,3 TZS: 8 FH: 28 SZH:67,4 CK:1,2 SÓ: 1,3</p>	<p>Legényfogó leves Burgonyás tészta Lilakáposzta saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN: 611 ZS: 21,5 TZS: 4,6 FH: 21,9 SZH:78,8 CK: 14,2 SÓ: 1,22</p>	<p>Magyaros gombaleves Dino szelet Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 605 ZS: 16,8 TZS: 3,2 FH:24,4 SZH:85,2 CK: 12,2 SÓ: 2,11</p>	<p>Frankfurti leves Szilvatöltelikes gombóc Fahéjas porcukor</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 934 ZS: 28,6 TZS: 5,3 FH: 23,4 SZH:150,2 CK: 30,9 SÓ: 2,63</p>	<p>Újhagymás burgonyakrémleves Rántott sajt Párolt rizs Uborkasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 671 ZS: 23,9 TZS: 7,8 FH: 20,1 SZH: 92,8 CK: 10 SÓ: 1,58</p>		
UZSONNA	<p>Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN:253 ZS: 9,3 TZS: 0,2 FH: 8,5 SZH:31,7 CK:0,5 SÓ: 1,35</p>	<p>Sertés párizsi Margarin Félbarna kenyér Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 250 ZS: 9,1 TZS: 3,2 FH: 7,9 SZH:32,6 CK: 0,6 SÓ: 1,77</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 258 ZS: 10,1 TZS: 3,6 FH:8,3 SZH:31,6 CK: 0,5 SÓ: 1,57</p>	<p>Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 221 ZS: 4,8 TZS: 1,8 FH: 9,4 SZH:32,9 CK: 1,2 SÓ: 1,61</p>	<p>Magos pogácsa Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 339 ZS: 13 TZS: 2,1 FH: 9,3 SZH: 46,4 CK: 13,8 SÓ: 0,56</p>		

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűk. 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.



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Szombathely

Általános iskola alsó tagozat kiszállítás

2023. 10. 09.–2023. 10. 15.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Poharas tej Szilva extra dzsem Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:350 ZS: 8,3 TZS: 4,6 FH: 10,4 SZH:52,8 CK:22,5 SÓ: 1,19</p>	<p>Poharas tej Teljes kiőrlésű reform piskóta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 351 ZS: 15,3 TZS: 4,9 FH: 10,7 SZH:40,3 CK: 25,1 SÓ: 0,36</p>	<p>Magyaros vajkrém Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 250 ZS: 9,5 TZS: 5,4 FH:5,9 SZH:33,5 CK: 1,4 SÓ: 1,47</p>	<p>Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 242 ZS: 7,9 TZS: 2,8 FH: 8,5 SZH:32,8 CK: 0,7 SÓ: 1,71</p>	<p>Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 219 ZS: 5,3 TZS: 1,5 FH: 7,6 SZH: 31,7 CK: 0,5 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>Köménymagleves Leves gyöngy Vadas sertésragu Pírított kiskagylótészta Szőlő</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN:752 ZS: 32,3 TZS: 8,7 FH: 22,3 SZH:89,1 CK:25,1 SÓ: 0,81</p>	<p>Kertészleves Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 604 ZS: 19,1 TZS: 4,9 FH: 21,7 SZH:82,3 CK: 20 SÓ: 2,33</p>	<p>Gyümölcsleves Búbos sertészelet Petrezselymes rizs Házi csalamádé</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 732 ZS: 24,5 TZS: 5,7 FH:28 SZH:98,4 CK: 31 SÓ: 1,08</p>	<p>Zabgaluska leves Svéd sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,9</p> <p>EN: 610 ZS: 15,4 TZS: 2 FH: 30,2 SZH:81,4 CK: 0,8 SÓ: 3,09</p>	<p>Hamisgulyás Aranygaluska Vaníliás öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 774 ZS: 18,9 TZS: 3,4 FH: 19,4 SZH: 126,9 CK: 42,3 SÓ: 0,58</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>Stangli Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:268 ZS: 7,1 TZS: 1,2 FH: 6,8 SZH:42,3 CK:13,8 SÓ: 0,45</p>	<p>Tavaszi túrókrém friss zöldségekkel Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 227 ZS: 3,7 TZS: 2,1 FH: 10,1 SZH:35,7 CK: 0,9 SÓ: 1,21</p>	<p>Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 255 ZS: 8,8 TZS: 3 FH:8,5 SZH:33,7 CK: 0,5 SÓ: 1,63</p>	<p>Natúr joghurt Vasi tekercs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 247 ZS: 11,7 TZS: 4,8 FH: 8,7 SZH:25,4 CK: 7,2 SÓ: 0,28</p>	<p>Trappista sajt Margarin Zsemle Kígyóborka</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: 1,33</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 kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel 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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűtű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás ételről érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti ételváltoztatásért 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.



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Szombathely

Általános iskola alsó tagozat kiszállítás

2023. 10. 16.–2023. 10. 22.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Margarin Kifli Reszelt sárgarépa <u>Allergének:</u> 1,7 EN:165 ZS: 2,9 TZS: 0,8 FH: 4,7 SZH:29 CK:1,1 SÓ: 0,72	Poharas tej Mákos kevert <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 399 ZS: 18,3 TZS: 6,8 FH: 13 SZH:41,5 CK: 25,8 SÓ: 0,32	Almalé 100%-os Csicseriborsó krém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,11 EN: 311 ZS: 4 TZS: 1,1 FH:6,9 SZH:59,1 CK: 23 SÓ: 1,24	Sajtkrém Félbarna kenyér Kaliforniai paprika <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 210 ZS: 4 TZS: 2,2 FH: 8,1 SZH:33,5 CK: 1,3 SÓ: 1,26	Soproni felvágott Margarin Félbarna kenyér Saláta levél <u>Allergének:</u> 1 EN: 245 ZS: 8,2 TZS: 2,9 FH: 8,2 SZH: 33 CK: 0,8 SÓ: 1,77	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EBÉD	Alföldi tésztaleves Csirke nuggets Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN:460 ZS: 14,3 TZS: 3,7 FH: 20,5 SZH:58,5 CK:3,2 SÓ: 2,2	Tyúkerőleves Rakott karfiol Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN: 734 ZS: 36,5 TZS: 8,4 FH: 32,1 SZH:63,4 CK: 3,5 SÓ: 2,45	Bakonyi betyárleves Darás metélt Eperöntet <u>Allergének:</u> 1,7,9,12 EN: 616 ZS: 22,7 TZS: 6,9 FH:21,4 SZH:78,1 CK: 18,2 SÓ: 0,51	Édes gyökérkrémleves Panírozott halrúd Párolt rizs Piros káposztasaláta <u>Allergének:</u> 1,4,7,9,12 EN: 616 ZS: 18,6 TZS: 3,1 FH: 19,3 SZH:93,8 CK: 10 SÓ: 1,35	Tavaszi leves Főtt tojás Parajmártás Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 423 ZS: 8,1 TZS: 2,4 FH: 16,3 SZH: 63 CK: 5,8 SÓ: 1,47	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
UZSONNA	Ökörszem Szilva <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:322 ZS: 5,4 TZS: 2,8 FH: 9 SZH:57,3 CK:27,6 SÓ: 0,11	Házi sonkkrém Félbarna kenyér Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,10 EN: 206 ZS: 3,8 TZS: 1,3 FH: 7,8 SZH:33,4 CK: 1 SÓ: 1,66	Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Saláta levél <u>Allergének:</u> 1 EN: 207 ZS: 4,1 TZS: 1,2 FH:9,2 SZH:31,6 CK: 0,5 SÓ: 1,59	Petrezselymes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 218 ZS: 5 TZS: 2,2 FH: 7,4 SZH:31,9 CK: 0,9 SÓ: 1,05	Teljes kiőrlésű zöldséges pillangó <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 283 ZS: 13,4 TZS: 3,1 FH: 9 SZH: 31,7 CK: 5,9 SÓ: 0,64	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztyszennyeződéssel 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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételallergén tartalmáról, valamint a diétás ételpról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést biztosítunk. A szükség szerinti ételváltoztatásért 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.



A **HÜSMENTES PÉNTEK**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Szombathely

Általános iskola alsó tagozat kiszállítás

2023. 10. 23.–2023. 10. 29.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>	<p>Margarin Kifli Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 156 ZS: 2,9 TZS: 0,8 FH: 4,6 SHZ: 27,1 CK: 1,1 SÓ: 0,61</p>	<p>Foszlós kalács Poharas tej</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 337 ZS: 9,3 TZS: 5,5 FH: 11,3 SHZ: 48 CK: 19,5 SÓ: 0,34</p>	<p>Narancslé 100%-os Mediterrán tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,6,7,10,12</p> <p>EN: 288 ZS: 3,8 TZS: 2 FH: 9,5 SHZ: 49 CK: 1,3 SÓ: 1,15</p>	<p>Edami sajt Margarin Félbarna kenyér Reszelt sárgarépa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 276 ZS: 9,5 TZS: 5,4 FH: 12,5 SHZ: 34,2 CK: 0,4 SÓ: 1,75</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>
EBÉD	<p>Ünnepnap</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>	<p>Daragaluska leves Sertéspörkölt Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 740 ZS: 27,5 TZS: 7,8 FH: 34,8 SHZ: 82,3 CK: 6,1 SÓ: 1,98</p>	<p>Csontleves Pincepörkölt Házi vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 509 ZS: 22,3 TZS: 6,1 FH: 23,2 SHZ: 49,7 CK: 7,7 SÓ: 1,46</p>	<p>Bagolyborsó leves Milánói húsos ragu Spagetti Sajt szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9</p> <p>EN: 726 ZS: 32,6 TZS: 11,8 FH: 33,5 SHZ: 70,3 CK: 8,7 SÓ: 1,9</p>	<p>Tejfőlés burgonyaleves Szilvatöltelikes gombóc Porcukor szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 859 ZS: 20,5 TZS: 2,8 FH: 18,5 SHZ: 154,1 CK: 31,6 SÓ: 1,77</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>
UZSONNA	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>	<p>Pulykasonka Margarin Félbarna kenyér Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 210 ZS: 4,3 TZS: 1,2 FH: 9,1 SHZ: 32,3 CK: 0,5 SÓ: 1,89</p>	<p>Finom túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 207 ZS: 3,3 TZS: 1,3 FH: 9,3 SHZ: 32,6 CK: 0,6 SÓ: 0,98</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 SHZ: 44 CK: 16,1 SÓ: 0,65</p>	<p>Teljes kiőrlésű fahéjas-almás csiga Szilva</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 395 ZS: 4,8 TZS: 1,6 FH: 11,2 SHZ: 78,1 CK: 22,9 SÓ: 0,06</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHZ: CK: SÓ:</p>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztzennyezéssel 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás ételről érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti ételváltoztatásért 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), SHZ (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag) *A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Szombathely

Általános iskola alsó tagozat kiszállítás

2023. 10. 30.–2023. 11. 05.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<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>
EBÉD	<p>Őszi szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Őszi szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Őszi szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Őszi szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Őszi szünet</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>
UZSONNA	<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 keresztszennyeződéssel 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést 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.



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.