

Szombathely

Általános iskola

2024. 11. 04.–2024. 11. 10.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:225 ZS: 7,9 TZS: 2,8 FH: 8 SZH:29,1 CK:1,2 SÓ: 1,26</p>	<p>Poharas tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 312 ZS: 8,2 TZS: 4,6 FH: 9,6 SZH:51,2 CK: 26,2 SÓ: 1</p>	<p>Poharas tej Foszlós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 323 ZS: 9,3 TZS: 5,5 FH:11,3 SZH:48 CK: 19,5 SÓ: 0,34</p>	<p>Almalé 100%-os Majonézes tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,10</p> <p>EN: 286 ZS: 4,6 TZS: 0,7 FH: 9,5 SZH:49,1 CK: 21,3 SÓ: 0,99</p>	<p>Poharas tej Ökörszem</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 371 ZS: 10,9 TZS: 6,5 FH: 14,1 SZH: 53,4 CK: 24,2 SÓ: 0,35</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>Eperkrémleves Mexikói sertésragu Párolt rizs Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN:663 ZS: 21,9 TZS: 5,8 FH: 20,1 SZH:94,5 CK:32,9 SÓ: 1,64</p>	<p>Köménymagleves Pirított zsemlekocka Húspogácsa Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 582 ZS: 23,9 TZS: 8,5 FH: 26,3 SZH:60 CK: 13,9 SÓ: 1,92</p>	<p>Zöldségleves Rakott burgonya Piros káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,12</p> <p>EN: 628 ZS: 27,5 TZS: 10,7 FH:20 SZH:58 CK: 11,1 SÓ: 1,97</p>	<p>Babgulyás Túrós derelye Porcukor szórát</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 891 ZS: 20,4 TZS: 3,7 FH: 33,5 SZH:142,6 CK: 35,5 SÓ: 1,92</p>	<p>Fokhagyma krémleves Sárgarépa kockával Olaszos teljes kiőrlésű penne</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,9,12</p> <p>EN: 494 ZS: 11,7 TZS: 4,5 FH: 27,1 SZH: 64,2 CK: 11 SÓ: 1,19</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>Vasi tekercs Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:294 ZS: 10,8 TZS: 3,7 FH: 7,7 SZH:40,3 CK:11,5 SÓ: 0,39</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Félbarna kenyér Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 217 ZS: 9 TZS: 3,4 FH: 7,2 SZH:26,1 CK: 0,7 SÓ: 1,25</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 188 ZS: 3,9 TZS: 1,2 FH:8,7 SZH:27,6 CK: 1 SÓ: 1,44</p>	<p>Vajkrém napraforgómaggal Félbarna kenyér Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 200 ZS: 7,2 TZS: 3,9 FH: 5,8 SZH:27,5 CK: 1,2 SÓ: 0,91</p>	<p>Főtt tojás Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 191 ZS: 5,1 TZS: 1,6 FH: 6,9 SZH: 27,1 CK: 1,2 SÓ: 0,81</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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 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

2024. 11. 11.–2024. 11. 17.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Poharas tej Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Reszelt sárgarépa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:315 ZS: 12,3 TZS: 7,9 FH: 11,4 SZH:38,3 CK:10,8 SÓ: 1,35</p>	<p>Reszelt sajt Margarin Félbarna kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 213 ZS: 8 TZS: 4,6 FH: 9 SZH:26,1 CK: 0,6 SÓ: 1,06</p>	<p>Almalé 100%-os Póréhagymás túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 276 ZS: 3,6 TZS: 2,1 FH:9,2 SZH:49 CK: 21,7 SÓ: 0,81</p>	<p>Poharas tej Fahéjas kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 335 ZS: 10,8 TZS: 6 FH: 11,8 SZH:48,3 CK: 16,5 SÓ: 0,35</p>	<p>Petrezselymes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 203 ZS: 5,5 TZS: 1,1 FH: 6,5 SZH: 28,5 CK: 2,1 SÓ: 1,04</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>Bakonyi sertésragu Zöldborsóleves Szarvacskaszta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN:579 ZS: 24,1 TZS: 7,6 FH: 25,5 SZH:62,5 CK:5,8 SÓ: 0,85</p>	<p>Csontleves Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya fél adag Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 636 ZS: 23,3 TZS: 6,1 FH: 25,3 SZH:77,2 CK: 20,8 SÓ: 2,03</p>	<p>Almás szilvakeréMLEVES Panírozott halrúd Petrezselymes rizs Káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,7,12</p> <p>EN: 687 ZS: 18,1 TZS: 2,3 FH:17,8 SZH:111,5 CK: 39,7 SÓ: 1,65</p>	<p>Daragaluska leves Svéd sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 537 ZS: 14,7 TZS: 3,9 FH: 28,2 SZH:64,2 CK: 2,3 SÓ: 2,59</p>	<p>Hamisgulyás Dejős morzsás nudli Vaníliás öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 791 ZS: 15 TZS: 3 FH: 19,2 SZH: 118,3 CK: 27,2 SÓ: 2,29</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>Fahéjas csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:265 ZS: 7,2 TZS: 1,1 FH: 5,1 SZH:45,1 CK:14,5 SÓ: 0,12</p>	<p>Petrezselymes sárgarépa-krém Félbarna kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</p> <p>EN: 219 ZS: 4,6 TZS: 0,6 FH: 4,7 SZH:38,4 CK: 10,7 SÓ: 0,89</p>	<p>Gépsonka Margarin Zsemle Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 207 ZS: 4,3 TZS: 1,4 FH:9,1 SZH:31,2 CK: 1,3 SÓ: 1,54</p>	<p>Sertéspárizsi Margarin Zsemle Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 239 ZS: 7,8 TZS: 2,7 FH: 8,1 SZH:31,7 CK: 1,3 SÓ: 1,29</p>	<p>Burgonyás pogácsa Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 217 ZS: 3,8 TZS: 1,7 FH: 5,3 SZH: 39,2 CK: 11,3 SÓ: 0,14</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. 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. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás ételről érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti ételapváltoztatásért 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

2024. 11. 18.–2024. 11. 24.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Kenőmájas Félbarna kenyér Reszelt sárgarépa</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:220 ZS: 7,8 TZS: 2,9 FH: 7,9 SZH:29,1 CK:1,4 SÓ: 1,27</p>	<p>Poharas tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 303 ZS: 8,2 TZS: 4,6 FH: 9,6 SZH:47,4 CK: 21,8 SÓ: 1</p>	<p>Almalé 100%-os Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 303 ZS: 7,7 TZS: 2,8 FH:7,7 SZH:48,2 CK: 20,4 SÓ: 1,26</p>	<p>Füstölt sajtos brokkolikrém Zsemle Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 237 ZS: 3,2 TZS: 1,7 FH: 8,5 SZH:40,9 CK: 11,1 SÓ: 1,03</p>	<p>Poharas tej Sajtkrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 275 ZS: 8 TZS: 4,9 FH: 12,8 SZH: 37,7 CK: 10,7 SÓ: 1,22</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>Lebbencsleves Krinolin Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,12</p> <p>EN:460 ZS: 20,7 TZS: 4,6 FH: 18,1 SZH:46,4 CK:4,9 SÓ: 2,25</p>	<p>Zellerkrémleves Sárgarépa kockával Bácskai rizseshús Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN: 565 ZS: 24 TZS: 7,5 FH: 20,4 SZH:64,3 CK: 6,4 SÓ: 1,92</p>	<p>Húsgaluska leves Darás metélt Gyümölcsöntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 580 ZS: 19,8 TZS: 4,5 FH:20,4 SZH:79,5 CK: 18,3 SÓ: 0,65</p>	<p>Paradicsomleves Rántott csirkemell Petrezselymes burgonya Házi vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 709 ZS: 12,5 TZS: 1,6 FH: 34,2 SZH:109,1 CK: 27,8 SÓ: 1,02</p>	<p>Zöldségleves Főtt tojás Parajmártás Főtt burgonya fél adag Teljes kiőrlésű kenyér Gesztenyerúd</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 446 ZS: 11,1 TZS: 4,2 FH: 17,5 SZH: 60,1 CK: 10,2 SÓ: 1,2</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>
UZSONNA	<p>Pizzás csiga Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:300 ZS: 8,4 TZS: 2,8 FH: 9,1 SZH:45,4 CK:13,2 SÓ: 0,32</p>	<p>Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 173 ZS: 3,2 TZS: 0,9 FH: 8,5 SZH:26,3 CK: 0,4 SÓ: 1,6</p>	<p>Sajtszelet Margarin Félbarna kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 213 ZS: 8 TZS: 4,6 FH:9 SZH:26,1 CK: 0,6 SÓ: 1,06</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 218 ZS: 9,2 TZS: 3,3 FH: 6,6 SZH:25,7 CK: 0,5 SÓ: 1,37</p>	<p>Sajtos rúd Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 372 ZS: 16,3 TZS: 5,6 FH: 13,2 SZH: 42,2 CK: 10,6 SÓ: 0,83</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 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. 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 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

2024. 11. 25.–2024. 12. 01.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Poharas tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:312 ZS: 8,2 TZS: 4,6 FH: 9,6 SZH:51,2 CK:26,2 SÓ: 1</p>	<p>Poharas tej Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 303 ZS: 12,2 TZS: 7,9 FH: 11 SZH:35,9 CK: 10,3 SÓ: 1,24</p>	<p>Poharas tej Kakaós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 347 ZS: 11,9 TZS: 6,8 FH:12,8 SZH:45,6 CK: 16,6 SÓ: 0,35</p>	<p>Reszelt sajt Margarin Félbarna kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 254 ZS: 8 TZS: 4,6 FH: 9,3 SZH:35,4 CK: 10,4 SÓ: 1,06</p>	<p>Majonézes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</p> <p>EN: 207 ZS: 5,7 TZS: 1,2 FH: 6,7 SZH: 28,3 CK: 2 SÓ: 1,01</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>Brokkolikrémleves Pincepörkölt Csalamádé</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN:429 ZS: 18,5 TZS: 5,7 FH: 20 SZH:40,5 CK:4,5 SÓ: 1,87</p>	<p>Bagolyborsó leves Paradicsomos tonhalas ragu Orsó tészta Sajt szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,6,7,9</p> <p>EN: 645 ZS: 21,1 TZS: 7,7 FH: 37,9 SZH:73,7 CK: 9 SÓ: 2,05</p>	<p>Gyümölcsleves Búbos sertésszelet Pritaminos rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 625 ZS: 19,5 TZS: 6,2 FH:30,1 SZH:80,8 CK: 28,7 SÓ: 0,81</p>	<p>Csontleves Lenmagos sertésfasírt Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 723 ZS: 30,3 TZS: 8,3 FH: 33,8 SZH:74,1 CK: 7,6 SÓ: 2,61</p>	<p>Tejfölös burgonyaleves Sárgabarackízes gombóc Porcukor szórat Kivi</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 732 ZS: 11,3 TZS: 2,5 FH: 15,6 SZH: 139,4 CK: 48,8 SÓ: 1,42</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>Libaszírt Teljes kiőrlésű kenyér Reszelt sárgarépa</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:279 ZS: 15,5 TZS: 4,1 FH: 4,1 SZH:27,9 CK:0,4 SÓ: 0,81</p>	<p>Pizzás ízű kukoricacsnek Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 130 ZS: 0,4 TZS: 0,1 FH: 2,3 SZH:27 CK: 8,4 SÓ: 0,38</p>	<p>Sertéspárizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 214 ZS: 8 TZS: 2,9 FH:7,4 SZH:26,6 CK: 0,4 SÓ: 1,34</p>	<p>Gépsonka Margarin Félbarna kenyér Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 183 ZS: 4,4 TZS: 1,6 FH: 8,4 SZH:27 CK: 1,2 SÓ: 1,55</p>	<p>Epres joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 247 ZS: 2,1 TZS: 0,8 FH: 7,8 SZH: 46,5 CK: 19,9 SÓ: 0,63</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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűt; 14. Puhatestűk. 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.



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.