

BUDAPEST

Olajosmag mentes

2019.október 1-október 6.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

	Tea Csirkemell sonka Margarin Zsemle OM			Tej Mini méz Margarin Zsemle OM			Kakaós tej Zsemle OM			Tea Tojáskrém Kenyér OM Kápia paprika														
<u>Allergének:</u>													<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>		
EN:	EN: 266			EN: 457			EN: 328			EN: 305			EN:			EN:								
ZS:	TZS:	FH:	ZS: 9	TZS: 4,1	FH: 6,4	ZS: 14,8	TZS: 5,1	FH: 15,1	ZS: 16	TZS: 2,8	FH: 13,5	ZS: 11,2	TZS: 1,6	FH: 10,2	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:				
SZH:	CK:	SÓ:	SZH: 38,7	CK: 12,5	SÓ: 1,3	SZH: 64,1	CK: 30,2	SÓ: 1,5	SZH: 57,7	CK: 23	SÓ: 1,3	SZH: 43	CK: 11,8	SÓ: 1,5	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:				

EBÉD

	Vegetárius gyümölcsleves Barbecue csirkeragu Párolt rizs Káposztasaláta			Kertészleves Paprikásburgonya virslivel Kenyér OM Csemegeuborka			Bakonyi betyárleves Barack extradzsem Darás metélt Kenyér OM			Paradicsomleves Grillfűszeres csirkemell Petrezselymes burgonya Tavaszi saláta														
<u>Allergének:</u>													<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>		
EN:	EN: 782			EN: 701			EN: 821			EN: 766			EN:			EN:								
ZS:	TZS:	FH:	ZS: 25,2	TZS: 1,7	FH: 22,9	ZS: 29,1	TZS: 3,6	FH: 19	ZS: 22,4	TZS: 1,2	FH: 29,8	ZS: 24,7	TZS: 0,8	FH: 22,4	TZS:	FH:	ZS:	TZS: 1,7	FH: 24,7	ZS: 29,1				
SZH:	CK:	SÓ:	SZH: 110,6	CK: 39,1	SÓ: 3,4	SZH: 76	CK: 2,7	SÓ: 3,5	SZH: 95,3	CK: 4,3	SÓ: 3,4	SZH: 108	CK: 15,5	SÓ: 1,5	CK:	SÓ:	SZH:	CK: 39,1	SÓ: 5,1	SZH: 76				

UZSONNA

	Magyaros vajkrém Zsemle OM			Sajt szelet Margarin Zsemle OM Kígyóuborka			Sertés párizsi Margarin Zsemle OM Jégcsapretek			Kocka sajt Kenyér OM														
<u>Allergének:</u>													<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>		
EN:	EN: 252			EN: 265			EN: 229			EN: 229			EN:			EN:								
ZS:	TZS:	FH:	ZS: 7,6	TZS: 4,9	FH: 10,3	ZS: 11,7	TZS: 8,2	FH: 13,6	ZS: 8,5	TZS: 5,1	FH: 8,8	ZS: 16,6	TZS: 3,8	FH: 7	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:				
SZH:	CK:	SÓ:	SZH: 34	CK: 0	SÓ: 1,7	SZH: 27,7	CK: 0,5	SÓ: 1,6	SZH: 28,2	CK: 0,5	SÓ: 1,5	SZH: 38	CK: 2,7	SÓ: 1,2	CK:	SÓ:	SZH:	CK: 0	SÓ:	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 kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet 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

Olajosmag mentes

2019.október 7-október 13.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Mini méz Margarin Puffasztott rizs OM</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 281 ZS: 5,6 TZS: 2,7 FH: 11,3 SZH: 44,7 CK: 26,5 SÓ: 0,5</p>	<p>Tea Zöldfűszeres tojáskrém Zsemle OM Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 3</p> <p>EN: 414 ZS: 11 TZS: 1,3 FH: 12,6 SZH: 64,1 CK: 10 SÓ: 1,4</p>	<p>Tea Soproni felvágott Margarin Zsemle OM</p> <p><u>Allergének:</u> -</p> <p>EN: 330 ZS: 12,2 TZS: 6,2 FH: 9,8 SZH: 43,2 CK: 10,1 SÓ: 2,2</p>	<p>Tea Lilahagymás kukoricakrém Zsemle OM</p> <p><u>Allergének:</u> -</p> <p>EN: 340 ZS: 7,9 TZS: 4,3 FH: 14,4 SZH: 57,1 CK: 40,8 SÓ: 0,9</p>	<p>Tea Sajtkrém Kenyér OM Sárgarépa karika</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 283 ZS: 9,1 TZS: 3,2 FH: 8,3 SZH: 40 CK: 12,5 SÓ: 1,4</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH: 43,2</p>
EBÉD	<p>Daragaluska leves Vadas sertés ragu Főtt tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 850 ZS: 27,4 TZS: 7,1 FH: 24,9 SZH: 120,2 CK: 10 SÓ: 1,4</p>	<p>Magyaros zellerleves Lecsós csirke csikok Zöldbabfőzelék Kenyér OM</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3, 7,9</p> <p>EN: 739 ZS: 23,8 TZS: 1,6 FH: 21,6 SZH: 104,5 CK: 5 SÓ: 3,8</p>	<p>Hamisgulyás leves Túrós tészta Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3, 7, 12</p> <p>EN: 830 ZS: 23,9 TZS: 3,3 FH: 17,9 SZH: 126,7 CK: 56,5 SÓ: 2,8</p>	<p>Tojásleves Sertésvagdalt Kerti főzelék Kenyér OM</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 700 ZS: 22,6 TZS: 7 FH: 20,5 SZH: 99 CK: 4,5 SÓ: 2,4</p>	<p>Brokkoli krémleves Kenyérkocka OM Natúr halfilé Párolt rizs Zelleres kukoricamártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9</p> <p>EN: 844 ZS: 25,4 TZS: 1,3 FH: 41,2 SZH: 107 CK: 2,7 SÓ: 1,8</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:</p>
UZSONNA	<p>Kockasajt Puffasztott rizs OM Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 229 ZS: 8,1 TZS: 3,4 FH: 9,4 SZH: 31,5 CK: 1,5 SÓ: 1,4</p>	<p>Gépsonka Margarin Zsemle OM Retek</p> <p><u>Allergének:</u> -</p> <p>EN: 356 ZS: 7,8 TZS: 5,6 FH: 15,3 SZH: 59,1 CK: 0,4 SÓ: 1,4</p>	<p>Sajt szelet Margarin Zsemle OM Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 3, 7</p> <p>EN: 265 ZS: 11,7 TZS: 8,2 FH: 13,6 SZH: 27,7 CK: 0,5 SÓ: 1,6</p>	<p>Zala felvágott Zsemle OM Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> -</p> <p>EN: 260 ZS: 8,5 TZS: 4,8 FH: 10 SZH: 35 CK: 0,3 SÓ: 1,7</p>	<p>Banán Puffasztott rizs OM</p> <p><u>Allergének:</u> -</p> <p>EN: 173 ZS: 13 TZS: 3,4 FH: 7,5 SZH: 27,8 CK: 0 SÓ: 1,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:</p>

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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarzata: 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
Olajosmag mentes
2019.október 14-október20.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tej Mini dzsem Margarin Puffasztott rizs OM <u>Allergének:</u> 7 EN: 334 ZS: 13,9 TZS: 7,7 FH: 11,3 SZH: 40,2 CK: 21,1 SÓ: 0,9	Tea Citrusos túrókrém Zsemle OM <u>Allergének:</u> 7 EN: 301 ZS: 6,2 TZS: 3,5 FH: 5,4 SZH: 54,3 CK: 25,9 SÓ: 0,7	Karamellás tej Vajkrém Zsemle OM <u>Allergének:</u> 7 EN: 441 ZS: 22,3 TZS: 6,7 FH: 14,2 SZH: 71 CK: 35,2 SÓ: 1,4	Tej Főtt tojás Margarin Zsemle OM <u>Allergének:</u> 3, 7 EN: 232 ZS: 7,8 TZS: 4,7 FH: 6,8 SZH: 32,8 CK: 17,8 SÓ: 0,8	Tea Tavaszi felvágott Margarin Kenyér OM Paradicsom <u>Allergének:</u> - EN: 282 ZS: 8,8 TZS: 2,7 FH: 8,9 SZH: 40,6 CK: 11,9 SÓ: 1,5	<u>Allergének:</u> - EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> - EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:
EBÉD	Sertés gulyás Káposztás tészta Kenyér OM <u>Allergének:</u> 1,3, 12 EN: 844 ZS: 27,2 TZS: 3,9 FH: 24,7 SZH: 119,4 CK: 12,8 SÓ: 2,7	Zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya Kenyér OM Alma <u>Allergének:</u> 1,3, 12 EN: 843 ZS: 27,2 TZS: 0,1 FH: 24,7 SZH: 119,3 CK: 37,5 SÓ: 2	Fahéjas szilvaleves Mexikói csirkemáj rizottó Csalamádé <u>Allergének:</u> 1,7,10,12 EN: 702 ZS: 22,6 TZS: 0,3 FH: 20,5 SZH: 99,3 CK: 15 SÓ: 2	Reszelttészta leves Sertéspörkölt Fejtett babfőzelék Kenyér OM Kókuszgolyó OM <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 845 ZS: 27,3 TZS: 5,6 FH: 24,7 SZH: 119,5 CK: 14,9 SÓ: 4	Magyaros gombaleves Joghurtban pácolt csirkemell Snidlinges burgonyapüré <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 748 ZS: 24,2 TZS: 1,3 FH: 21,9 SZH: 106 CK: 4 SÓ: 2,5	<u>Allergének:</u> - EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> - EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:
UZSONNA	Kockasajt Puffasztott rizs OM Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 7 EN: 234 ZS: 7,2 TZS: 4,5 FH: 6,6 SZH: 35,1 CK: 2,8 SÓ: 0,8	Zöldfűszeres vajkrém Zsemle OM Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 7 EN: 201 ZS: 3,7 TZS: 2,8 FH: 6,4 SZH: 34,4 CK: 0 SÓ: 1,2	Sajt szelet Margarin Zsemle OM Kávia paprika <u>Allergének:</u> 3, 7 EN: 276 ZS: 12 TZS: 8,2 FH: 14,9 SZH: 31,3 CK: 1,5 SÓ: 1,6	Csirkemell sonka Margarin Zsemle OM Kígyóborka <u>Allergének:</u> - EN: 223 ZS: 4,3 TZS: 3 FH: 10,6 SZH: 34,4 CK: 0,3 SÓ: 1,8	Gyümölcs joghurt Kenyér OM <u>Allergének:</u> 7 EN: 269 ZS: 14,2 TZS: 2 FH: 7,8 SZH: 50,6 CK: 15,6 SÓ: 1,1	<u>Allergének:</u> - EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> - EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:

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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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.

BUDAPEST
Olajosmag mentes
2019.október 21-október27.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tej Mini méz Margarin Puffasztott rizs OM <u>Allergének:</u> 7 EN: 409 ZS: 6,9 TZS: 4,9 FH: 14,6 SZH: 70,1 CK: 33,5 SÓ: 1,5	Tea Olasz felvágott Margarin Zsemle OM <u>Allergének:</u> - EN: 298 ZS: 12,3 TZS: 5,1 FH: 8,9 SZH: 36,8 CK: 10,5 SÓ: 2	Ünnepe <u>Allergének:</u> - EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	Kakaós tej Zsemle OM <u>Allergének:</u> 7 EN: 345 ZS: 8,2 TZS: 4,3 FH: 14,7 SZH: 57,6 CK: 40,8 SÓ: 0,8	Tea Tojáskrém Kenyér OM Kávia paprika <u>Allergének:</u> 3 EN: 371 ZS: 13 TZS: 2,6 FH: 14,3 SZH: 50,9 CK: 19,5 SÓ: 1,7	<u>Allergének:</u> - EN: ZS: FH: ZS: SZH: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> - EN: ZS: FH: ZS: SZH: CK: SÓ: SZH:
EBÉD	Lebbencsleves Sült virsli Zöldborsófőzelék Kenyér OM <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 815 ZS: 32,7 TZS: 4,9 FH: 32 SZH: 88,3 CK: 16,9 SÓ: 3,3	Tárkonyos zöldségleves Szárnyas roló Majorannás burgonyafőzelék Kenyér OM <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 843 ZS: 27,2 TZS: 4,8 FH: 24,7 SZH: 119,3 CK: 3,5 SÓ: 3	Ünnepe <u>Allergének:</u> - EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	Zöldborsóleves Paradicsomos bazsalikom spagetti Sajt szórat Szilva <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 850 ZS: 27,4 TZS: 3,6 FH: 24,9 SZH: 120,2 CK: 15,1 SÓ: 3,6	Hagyma krémleves Kenyérkocka OM Natúr halfilé Karottás rizs Tartármártás <u>Allergének:</u> 1,3,4,7,10 EN: 798 ZS: 53,3 TZS: 7,6 FH: 10 SZH: 64 CK: 4,8 SÓ: 2,5	<u>Allergének:</u> - EN: ZS: FH: ZS: SZH: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> - EN: ZS: FH: ZS: SZH: CK: SÓ: SZH:
UZSONNA	Kockasajt Puffasztott rizs OM Kígyóborka <u>Allergének:</u> 7 EN: 198 ZS: 5,9 TZS: 3,2 FH: 6,7 SZH: 29,3 CK: 2,5 SÓ: 1,4	Kenőmájás Zsemle OM Jégcsapretek <u>Allergének:</u> - EN: 219 ZS: 7,1 TZS: 3,2 FH: 7,5 SZH: 29,8 CK: 0 SÓ: 1,3	Ünnepe <u>Allergének:</u> - EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	Sertés párizsi Margarin Zsemle OM Kávia paprika <u>Allergének:</u> - EN: 190 ZS: 3,5 TZS: 2,9 FH: 7,3 SZH: 35 CK: 1,7 SÓ: 0,8	Gesztenyemarci OM Kenyér OM <u>Allergének:</u> - EN: 245 ZS: 16 TZS: 3,3 FH: 7 SZH: 44 CK: 9,5 SÓ: 0,9	<u>Allergének:</u> - EN: ZS: FH: ZS: SZH: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> - EN: ZS: FH: ZS: SZH: CK: SÓ: 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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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.

BUDAPEST
Olajosmag mentes
2019.október 29-október 31.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tej Mini dzsem Margarin Puffasztott rizs OM <u>Allergének:</u> 7 EN: 391 ZS: 6,9 TZS: 4,9 FH: 14,5 SZH: 65,1 CK: 27,8 SÓ: 1,5	Tea Zöldfűszeres túrókrém Zsemle OM <u>Allergének:</u> 7 EN: 273 ZS: 6,5 TZS: 3,4 FH: 7 SZH: 44,9 CK: 11,8 SÓ: 1,1	Tea Főtt tojás Margarin Zsemle OM Paradicsom <u>Allergének:</u> 3 EN: 273 ZS: 7,9 TZS: 3,7 FH: 10,6 SZH: 38,6 CK: 11,3 SÓ: 1,4	Tea Padlizsánkrém Zsemle OM <u>Allergének:</u> - EN: 325 ZS: 15,5 TZS: 1,5 FH: 5,4 SZH: 40,2 CK: 11,7 SÓ: 1,8	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:
EBÉD	Tejfölös karfiollevés Pincepörkölt sertéshússal Kenyér OM Csalamádé <u>Allergének:</u> 1,3, 7, 10,12 EN: 757 ZS: 24,4 TZS: 5,8 FH: 22,2 SZH: 107 CK: 2,7 SÓ: 3,4	Kukoricadara galuska leves Sertés vagdalt Kelkáposzta főzelék Kenyér OM <u>Allergének:</u> 1,3,12 EN: 846 ZS: 27,3 TZS: 0,1 FH: 24,7 SZH: 120 CK: 2,8 SÓ: 3,5	Fejtett bablevés füstölt hússal Tejbedara Kakaós szórát <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 775 ZS: 25 TZS: 4,5 FH: 22,7 SZH: 109,6 CK: 47,2 SÓ: 2,3	Köménymaglevés Kenyérkocka OM Bakonyi csirkeketórány Főtt tészta Körte <u>Allergének:</u> 1,3, 7 EN: 717 ZS: 21,7 TZS: 1,6 FH: 28,3 SZH: 100,8 CK: 17,1 SÓ: 2,8	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: 31,4 SZH: CK: SZH: 70,9	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: 6,5 SZH:
UZSONNA	Kockasajt Puffasztott rizs OM Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 7 EN: 152 ZS: 1,8 TZS: 0,6 FH: 5,3 SZH: 28,2 CK: 0,7 SÓ: 0,8	Magyaros vajkrém Zsemle OM Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 7 EN: 181 ZS: 5,8 TZS: 2,8 FH: 5,3 SZH: 25,6 CK: 0 SÓ: 0,7	Zala felvágott Margarin Zsemle OM <u>Allergének:</u> - EN: 252 ZS: 8,4 TZS: 4,8 FH: 9,5 SZH: 33,8 CK: 0,3 SÓ: 1,7	Sajt szelet Margarin Zsemle OM Kápia paprika <u>Allergének:</u> 3, 7 EN: 303 ZS: 22,9 TZS: 8,7 FH: 14,9 SZH: 39,7 CK: 2 SÓ: 1,7	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztaszennyeződéssel 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 étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet kérjük, megértésedet köszönjük.

Tápanyagtartalom jelölés magyarazata: 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.