

Zalaegerszeg

Középkiskola

2024.05.27.–2024.06.02.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TÍZÓRAI

Tejfölös zöldbaleves
Tarhonyás hús
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,7

EN:843
ZS:38,2 TZS:10,2 FH:32,6
SZH:90 CK:19,5 SÓ:0,98

Hamisgulyás
Sertésfasírt kölessel
Tököfőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:651
ZS:27,2 TZS:8,3 FH:25,4
SZH:72,9 CK:12,5 SÓ:2,38

Csirkeguleves
Mákos guba
Vaníliás öntet

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:940
ZS:21,9 TZS:6,2 FH:40
SZH:138,8 CK:66,3 SÓ:2,48

Tojásleves
Panírozott halrúd
Kukoricás rizs
Tzatziki
Alma

Allergének:
1,3,4,7

EN:917
ZS:36,5 TZS:5,2 FH:33
SZH:111,6 CK:14,4 SÓ:3,15

Meggyleves
Vegetáriánus zöldséggolyó
Tört burgonya
Barnamártás

Allergének:
1,6,7,10,12

EN:803
ZS:26,6 TZS:7 FH:23,6
SZH:110 CK:45,1 SÓ:3,8

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Tejfölös zöldbaleves
Töltött csirkecomb
Petrezselymes burgonya
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,3,7,12

EN:1014
ZS:48,8 TZS:7,7 FH:43,9
SZH:89,5 CK:15 SÓ:1,22

Hamisgulyás
Mézes, mustáros csirke ragu
Párolt rizs

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:789
ZS:24,2 TZS:3,9 FH:31,1
SZH:109,4 CK:16,6 SÓ:0,86

Csirkeguleves
Burgonyás tészta
Cékla savanyúság

Allergének:
1,3,9,10,12

EN:684
ZS:18 TZS:2,2 FH:31,2
SZH:95,7 CK:11,3 SÓ:3,01

Tojásleves
Sertéspörkölt
Gyöngybabfőzelék
Félbarna kenyér
Alma

Allergének:
1,3,7

EN:929
ZS:43 TZS:10,5 FH:41,2
SZH:89,4 CK:13,6 SÓ:1,26

Meggyleves
Rántott sajtgolyó
Petrezselymes rizs
Tartármártás

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:918
ZS:30,9 TZS:10,2 FH:18,5
SZH:139,6 CK:48,2 SÓ:2,85

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

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. Szézámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 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.



TUDJ MEG
TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

Zalaegerszeg

Középiskola

2024.06.03.–2024.06.09.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
REGGELI	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>
TÍZÓRAI	<p>Zöldségleves Sült virsli Magyaros burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN:598 ZS: 26,6 TZS: 8,8 FH: 21,4 SZH:62,9 CK:3,6 SÓ: 3,21</p>	<p>Tarhonyaleves Rakott karfiol Teljes kiőrlésű kenyér Túró desszert</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,12</p> <p>EN: 781 ZS: 36,9 TZS: 13,5 FH: 27,1 SZH: 79,5 CK: 14,7 SÓ: 1,36</p>	<p>Paradicsomleves Rántott csirkemell Rizibizi Vitaminsaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 1043 ZS: 20,6 TZS: 2,9 FH: 48,9 SZH: 160,9 CK: 40,3 SÓ: 1,47</p>	<p>Zellerkrémleves Pírtott kenyérkocka Lecsós sertésragu Bulgur</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 831 ZS: 32,3 TZS: 9,7 FH: 30,2 SZH: 91,9 CK: 9,4 SÓ: 2,12</p>	<p>Bableves Sajtos-tejfölös tészta Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9</p> <p>EN: 909 ZS: 33,9 TZS: 13,4 FH: 38,7 SZH: 109,7 CK: 16,8 SÓ: 1,35</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>
EBÉD	<p>Zöldségleves Baconös csirkemáj Párolt rizs Házi vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN:760 ZS: 22,6 TZS: 5,4 FH: 37,3 SZH:99,5 CK:16,4 SÓ: 2,23</p>	<p>Tarhonyaleves Borsos sertéstokány Galuska Csemegeuborka Túró desszert</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,10,12</p> <p>EN: 986 ZS: 39,2 TZS: 14,3 FH: 35,6 SZH: 117,8 CK: 15,8 SÓ: 2,94</p>	<p>Paradicsomleves Húsos rakott penne</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 809 ZS: 34 TZS: 9,5 FH: 30,7 SZH: 92,9 CK: 33,3 SÓ: 0,6</p>	<p>Zellerkrémleves Pírtott kenyérkocka Grillfűszeres csirkemell Burgonyapüré Uborkasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 656 ZS: 15,7 TZS: 5 FH: 40,6 SZH: 79,4 CK: 10,3 SÓ: 2,19</p>	<p>Bableves Házi kakaós kalács Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 901 ZS: 22,1 TZS: 3,4 FH: 25 SZH: 145,9 CK: 45,1 SÓ: 0,61</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>
UZSONNA	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: 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. Csillagfű; 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

Zalaegerszeg

Középiskola

2024.06.10.–2024.06.16.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TÍZÓRAI

Húsleves
Főtt sertésszelet
Gyümölcsmártás
Pirított dara

Allergének:
1,3,7,12

EN:705
ZS:19,6 TZS:11,5 FH:31,2
SZH:97,5 CK:27,7 SÓ:1,33

Köménymaglevés
Pirított kenyérkocka
Dino szelet
Zöldborsófőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Barack

Allergének:
1,7

EN:875
ZS:29 TZS:5,1 FH:32,8
SZH:111 CK:29,7 SÓ:2,63

Eperkrémleves
Zöldséges rizseshús
Káposztasaláta

Allergének:
1,7,12

EN:909
ZS:28,6 TZS:7,6 FH:26,3
SZH:133,9 CK:56,5 SÓ:0,9

Frankfurti leves
Túrós derelye
Porcukor szórat

Allergének:
1,7,12

EN:975
ZS:29,1 TZS:8,4 FH:27,7
SZH:149,3 CK:28,5 SÓ:3,94

Újhagymás burgonyakrémleves
Vegetáriánus bolognai spagetti
Sajt szórat

Allergének:
1,6,7,9,12

EN:822
ZS:22,3 TZS:7,8 FH:39,8
SZH:109,5 CK:17,7 SÓ:1,21

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Húsleves
Paradicsomos tonhalas penne
Sajt szórat

Allergének:
1,3,4,6,7,12

EN:772
ZS:21,2 TZS:6,4 FH:48,6
SZH:96,7 CK:12,1 SÓ:2,57

Köménymaglevés
Pirított kenyérkocka
Pritaminos csirkevagdalt
Párolt rizs
Csalamádé
Barack

Allergének:
1,3,10,12

EN:836
ZS:29,3 TZS:4,1 FH:30,8
SZH:109,4 CK:16,1 SÓ:3,09

Eperkrémleves
Rakott burgonya
Káposztasaláta

Allergének:
1,3,6,7,12

EN:907
ZS:31,1 TZS:13 FH:23,2
SZH:113,4 CK:57,2 SÓ:2,27

Frankfurti leves
Sonkás pizza

Allergének:
1,7,12

EN:698
ZS:30,2 TZS:11,6 FH:28,4
SZH:75,9 CK:11,8 SÓ:2,94

Újhagymás burgonyakrémleves
Rántott karfiol
Petrezselymes rizs
Remoulade mártás

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:1109
ZS:34,8 TZS:7,4 FH:26,6
SZH:166,7 CK:13 SÓ:2,33

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

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. Csillagfűrt; 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Zalaegerszeg

Középkiskola

2024.06.17.–2024.06.23.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TÍZÓRAI

Zöldségkrémleves
Levesgyöngy
Sertéspörkölt
Szarvacska tészta
Cékla savanyúság

Allergének:
1,3,7,9,10

EN:863
ZS:33 TZS:9,8 FH:35,9
SZH:103,1 CK:15,5 SÓ:2,24

Kertészleves
Paradicsomos húsgombóc
Főtt burgonya
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,9,12

EN:706
ZS:24,5 TZS:6,4 FH:26
SZH:90 CK:26,7 SÓ:2,03

Almás szilvakerémleves
Zöldséges csirkevagdalt
Párolt rizs
Amerikai káposztasaláta

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:963
ZS:27,8 TZS:4,7 FH:31
SZH:144,3 CK:50,2 SÓ:2,55

Daragaluska leves
Füstölt főtt húskockák
Sárgaborsófőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Alma

Allergének:
1,3,9,12

EN:703
ZS:23,6 TZS:5,2 FH:39,2
SZH:84,5 CK:12,2 SÓ:4,15

Hamisgulyás
Dejós nudli
Vaníliás öntet

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:995
ZS:18,1 TZS:2,5 FH:24,7
SZH:149,1 CK:35,3 SÓ:2,74

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Zöldségkrémleves
Levesgyöngy
Gyros csirkecsikok
Pírtott burgonya
Friss saláta
Joghurt öntet

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:935
ZS:49,1 TZS:8,5 FH:35,1
SZH:78,5 CK:7,6 SÓ:1,41

Kertészleves
Tejfőls sertésszelet
Pritaminos rizs

Allergének:
1,7,12

EN:631
ZS:24,8 TZS:8,4 FH:36,3
SZH:64,5 CK:4,7 SÓ:1,3

Almás szilvakerémleves
Paprikás burgonya virslivel
Cékla savanyúság

Allergének:
1,7,10,12

EN:680
ZS:21,1 TZS:9,2 FH:18,8
SZH:98,1 CK:45,7 SÓ:4

Daragaluska leves
Parajos halporció
Petrezselymes bulgur
Párolt sárgarépa
Alma

Allergének:
1,3,4,7,9,12

EN:838
ZS:25,4 TZS:3,3 FH:26
SZH:115,2 CK:12,8 SÓ:2,62

Hamisgulyás
Káposztás tészta

Allergének:
1,3,9,12

EN:712
ZS:13,3 TZS:1,6 FH:17,7
SZH:126,7 CK:43,5 SÓ:0,54

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

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. Csillagfű; 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.



TUDJ MEG
TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉNTEK
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

Zalaegerszeg

Középiskola

2024.06.24.–2024.06.30.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
REGGELI	<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>
TÍZÓRAI	<p>Nyári szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Nyári szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Nyári szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Nyári szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Nyári 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>
EBÉD	<p>Nyári szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Nyári szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Nyári szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Nyári szünet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Nyári 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 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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.