

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Budapest

Középkiskola

2020.09.21.–2020.09.27.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

EBÉD

VACSORA

Vajas galuska leves Paradicsomos húsos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér	Tojásleves Szezámagos sertés fasírt Burgonyapüré Csemege uborka	Zöldséges tarhonyaleves Csirkepörkölt Tököfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma	Csirke raguleves Gránátos kocka Cékla	Szilvaleves Rántott halfilé Párolt rizs fél adag Párolt zöldség fél adag		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,11,12	<u>Allergének:</u> 1,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,4,7,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:702 ZS:30,6 TZS:9,2 FH:25,1 SZH:78,5 CK:17,8 SÓ:3,1	EN:951 ZS:40,1 TZS:10,7 FH:36,4 SZH:102,4 CK:6,9 SÓ:3,6	EN:771 ZS:26,2 TZS:5 FH:31,7 SZH:95,8 CK:22,3 SÓ:3,8	EN:787 ZS:23,1 TZS:3,1 FH:33,2 SZH:109 CK:10,6 SÓ:3,4	EN:803 ZS:15,6 TZS:4,5 FH:31,9 SZH:132,7 CK:42 SÓ:1,4	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
Bakonyi sertésragu Szarvacska tészta	Mákos guba Meggy öntet	Édes-savanyú csirkecsikok Petrezselymes rizs	Hideg sertéssült Francia saláta Félbarna kenyér			
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 6,11,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:655 ZS:30,1 TZS:8,8 FH:28 SZH:65,7 CK:4,4 SÓ:2,2	EN:709 ZS:17 TZS:3,5 FH:19,6 SZH:114,3 CK:56,8 SÓ:1,2	EN:571 ZS:15 TZS:2,5 FH:25,4 SZH:82,7 CK:9,3 SÓ:1,8	EN:733 ZS:36,3 TZS:8,3 FH:33,7 SZH:60,5 CK:6,2 SÓ:1,9	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	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. Szezám; 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 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.