

Budapest

3x-i étkezés ált.iskola 'B' menü

2019. 03. 04.–2019. 03. 10.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	<p>Tej Extra dzsem Delma light margarin Zsúrkenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:358 ZS: 8,5    TZS: 3,2    FH: 13,6 SZH: 55,1    CK: 14,8    SÓ: 1,4</p>	<p>Citromos tea Baromfi párizsi Delma light margarin Félbarna kenyér Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 313 ZS: 9,4    TZS: 2,6    FH: 10,0 SZH: 46,5    CK: 6,8    SÓ: 1,7</p>	<p>Vadcsereznye tea Sajtkrém natúr Zsemle Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 308 ZS: 11,1    TZS: 6,3    FH: 9,1 SZH: 41,3    CK: 6,8    SÓ: 1,0</p>	<p>Vaníliás tej Foszlós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 390 ZS: 10,2    TZS: 5,2    FH: 14,7 SZH: 62,7    CK: 14,2    SÓ: 0,6</p>	<p>Tej Delma light margarin Félbarna kenyér Kígyóborka Főtt tojás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 418 ZS: 13,8    TZS: 3,4    FH: 20,2 SZH: 51,9    CK: 0,0    SÓ: 1,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
<b>EBÉD</b>	<p>Csontleves Panírozott halrúd Petrezselymes burgonya Tartár mártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9,10,12</p> <p>EN:621 ZS: 22,1    TZS: 3,7    FH: 24,9 SZH: 77,5    CK: 4,2    SÓ: 1,7</p>	<p>Tojásleves Csőbensült zöldségek sertéshús</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 439 ZS: 25,8    TZS: 7,0    FH: 27,9 SZH: 22,3    CK: 1,9    SÓ: 1,0</p>	<p>Sertésragu leves Fánk Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 622 ZS: 17,3    TZS: 3,7    FH: 21,9 SZH: 91,3    CK: 24,4    SÓ: 1,5</p>	<p>Magyaros zellerleves Burgonyafőzelék Fasírtgolyó baromfi Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,11,12</p> <p>EN: 871 ZS: 35,7    TZS: 7,9    FH: 25,7 SZH:107,3    CK: 2,1    SÓ: 3,6</p>	<p>Zöldségrégleves Pirított magvak Bácskai rizses sertéshús Házi vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8,9,10,11</p> <p>EN: 768 ZS: 26,3    TZS: 4,7    FH: 32,9 SZH: 96,4    CK: 10,7    SÓ: 0,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
<b>UZSONNA</b>	<p>Vajkrém magyaros Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:237 ZS: 5,7    TZS: 3,7    FH: 7,0 SZH: 37,6    CK: 0,0    SÓ: 1,4</p>	<p>Edámi sajt Delma light margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 317 ZS: 13,9    TZS: 7,9    FH: 15,3 SZH: 32,6    CK: 0,0    SÓ: 1,5</p>	<p>Gépsonka Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 263 ZS: 7,0    TZS: 2,6    FH: 10,5 SZH: 37,4    CK: 0,7    SÓ: 2,0</p>	<p>Soproni felvágott Delma light margarin Zsemle Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 279 ZS: 11,6    TZS: 4,2    FH: 8,7 SZH: 34,3    CK: 0,0    SÓ: 1,3</p>	<p>Joghurt gyümölcsös Teljes kiőrlésű kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 228 ZS: 3,3    TZS: 1,9    FH: 8,6 SZH: 41,4    CK: 8,2    SÓ: 1,0</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákkfélék; 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 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.