

Budapest

3x-i étkezés ált.iskola 'B' menü

2019.04.01.–2019.04.07.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Citromos tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:283 ZS: 5,9 TZS: 3,5 FH: 10,7 SZH: 44,8 CK: 11,0 SÓ: 1,5</p>	<p>Tej Extra dzsem Vaj Zsúrkenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 489 ZS: 20,9 TZS: 14,2 FH: 13,6 SZH: 60,0 CK: 18,2 SÓ: 1,3</p>	<p>Kakaós tej Kuglóf</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 358 ZS: 9,5 TZS: 5,0 FH: 15,9 SZH: 52,2 CK: 7,7 SÓ: 0,9</p>	<p>Feketeribizlis tea Vajkrém natúr Sárgarépa karika Hosszú zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 326 ZS: 12,7 TZS: 7,9 FH: 6,3 SZH: 44,5 CK: 11,5 SÓ: 1,2</p>	<p>Epres tea Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér Főtt tojás Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 331 ZS: 10,5 TZS: 1,5 FH: 12,4 SZH: 44,1 CK: 10,1 SÓ: 1,4</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>Húsgombóclevés sertés Kókuszos tejbedara Kakaós szórát</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:630 ZS: 21,8 TZS: 9,4 FH: 26,3 SZH: 80,6 CK: 26,5 SÓ: 1,0</p>	<p>Lebbencs leves Fűszeres csirkecomb filé Zöldséges rizs Csemege uborka édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 625 ZS: 15,2 TZS: 2,9 FH: 33,4 SZH: 86,5 CK: 1,9 SÓ: 2,7</p>	<p>Tojásleves Alma Bolognai makaróni</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 776 ZS: 33,5 TZS: 10,5 FH: 32,4 SZH: 83,2 CK: 17,5 SÓ: 1,6</p>	<p>Csontleves Füstölt főtt tarja Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 767 ZS: 18,1 TZS: 5,6 FH: 44,5 SZH: 101,5 CK: 11,7 SÓ: 3,8</p>	<p>Brokkoli krémleves Levesgyöngy Petrezselymes burgonya Házi vegyes saláta Panírozott halszelet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 575 ZS: 24,3 TZS: 5,1 FH: 20,7 SZH: 65,0 CK: 5,8 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>Baromfi párizsi Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:287 ZS: 9,8 TZS: 2,8 FH: 10,7 SZH: 37,3 CK: 3,3 SÓ: 1,7</p>	<p>Sajtkrém natúr Zsemle Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 280 ZS: 11,1 TZS: 6,3 FH: 9,1 SZH: 34,1 CK: 4,4 SÓ: 1,0</p>	<p>Edámi sajt Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 347 ZS: 14,5 TZS: 7,9 FH: 16,7 SZH: 36,5 CK: 3,3 SÓ: 2,0</p>	<p>Zalai felvágott Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 270 ZS: 7,8 TZS: 2,8 FH: 10,1 SZH: 38,1 CK: 3,3 SÓ: 2,0</p>	<p>Joghurt gyümölcsös Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 213 ZS: 2,6 TZS: 1,4 FH: 8,5 SZH: 41,0 CK: 15,0 SÓ: 1,0</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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársaink! 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.