

ÉTLAP

Budapest

3x-i étkezés ált.iskola 'B' menü

2019. 04. 15.–2019. 04. 21.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Citromos tea Tonhalkrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,10</p> <p>EN:312 ZS: 6,8 TZS: 1,3 FH: 15,7 SZH: 46,0 CK: 11,7 SÓ: 1,6</p>	<p>Tej Sajtos pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 339 ZS: 14,8 TZS: 6,9 FH: 13,3 SZH: 37,4 CK: 3,8 SÓ: 1,4</p>	<p>Tej Delma light margarin Zsemle Főtt tojás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 391 ZS: 13,7 TZS: 3,5 FH: 19,4 SZH: 46,1 CK: 4,5 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>	<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>Gulyásleves sertéshússal Piskóta kocka Kókuszos csokoládé öntet Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN:887 ZS: 15,8 TZS: 4,2 FH: 33,5 SZH:147,3 CK: 75,6 SÓ: 1,7</p>	<p>Sárgaborsó főzelék Csontleves Fasírtgolyó baromfi Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,11</p> <p>EN: 851 ZS: 31,8 TZS: 6,2 FH: 39,9 SZH: 96,5 CK: 4,7 SÓ: 3,7</p>	<p>Paradicsomleves Borsos sertéstokány Csemege uborka édesítőszerrel Tarhonya Húsvéti tojás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 831 ZS: 32,6 TZS: 9,3 FH: 35,2 SZH: 95,8 CK: 30,0 SÓ: 2,5</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>
UZSONNA	<p>Reszelt sajt Delma light margarin Császárszemle Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:358 ZS: 18,1 TZS: 9,6 FH: 16,0 SZH: 30,8 CK: 5,1 SÓ: 1,5</p>	<p>Sajtkrém natúr Baromfi párizsi Félbarna kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 367 ZS: 15,8 TZS: 7,5 FH: 14,0 SZH: 40,5 CK: 4,4 SÓ: 1,9</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>	<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 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.