

Budapest

3x-i étkezés ált.iskola 'B' menü

2019. 04. 08.–2019. 04. 14.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Vadmálna tea Vajkrém magyaros Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1,7 EN:259 ZS: 5,1 TZS: 2,9 FH: 7,2 SZH: 44,1 CK: 10,5 SÓ: 1,3	Citromos tea Majonézes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 279 ZS: 6,6 TZS: 0,9 FH: 8,5 SZH: 43,9 CK: 10,7 SÓ: 1,3	Tej Gabonagolyó <u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8,11 EN: 267 ZS: 4,1 TZS: 2,0 FH: 11,1 SZH: 46,0 CK: 12,0 SÓ: 0,4	Tejeskávé Sajtos rúd a. <u>Allergének:</u> 1,6,7,11 EN: 403 ZS: 18,3 TZS: 8,4 FH: 11,9 SZH: 46,8 CK: 13,1 SÓ: 0,9	Erdei gyümölcsös tea Zalai felvágott Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 303 ZS: 7,8 TZS: 2,8 FH: 10,3 SZH: 46,0 CK: 10,7 SÓ: 2,0	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Tárkonyos pulykaragu leves Túrós masni Alma <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10 EN:881 ZS: 29,3 TZS: 8,6 FH: 41,5 SZH:113,0 CK: 31,6 SÓ: 1,2	Daragaluska leves Kerti zöldségfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Sertésragu <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10 EN: 741 ZS: 17,5 TZS: 5,3 FH: 41,4 SZH:100,3 CK: 17,8 SÓ: 2,5	Karfiolleves tejfölös Gyömbéres csirkecsíkok Újhagymás rizs <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10 EN: 559 ZS: 13,8 TZS: 2,9 FH: 27,7 SZH: 78,9 CK: 3,9 SÓ: 1,1	Natur sertésszelet Gombamártás Zellerleves Bulgur <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10 EN: 789 ZS: 31,9 TZS: 11,2 FH: 44,9 SZH: 75,2 CK: 2,3 SÓ: 1,7	Gyümölcsleves Fokhagymás sertés aprópecsenye Házi vegyes saláta Petrezselymes burgonya <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 618 ZS: 14,4 TZS: 5,2 FH: 28,7 SZH: 90,6 CK: 26,9 SÓ: 0,7	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Trappista sajt Delma light margarin Zsemle <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN:347 ZS: 15,7 TZS: 8,6 FH: 15,9 SZH: 33,2 CK: 4,5 SÓ: 1,5	Gépsonka Delma light margarin Szezámagos zsemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,6,7,11 EN: 237 ZS: 7,3 TZS: 2,2 FH: 10,4 SZH: 32,3 CK: 0,8 SÓ: 1,7	Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma <u>Allergének:</u> 1,6 EN: 284 ZS: 9,4 TZS: 4,1 FH: 10,8 SZH: 36,8 CK: 3,2 SÓ: 1,6	Csemege szalámi Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika <u>Allergének:</u> 1 EN: 289 ZS: 10,4 TZS: 3,8 FH: 9,9 SZH: 37,2 CK: 3,3 SÓ: 1,7	Kockasajt Kifli <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 198 ZS: 6,3 TZS: 4,0 FH: 8,0 SZH: 27,4 CK: 2,1 SÓ: 1,6	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> 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. 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) megtekinthető.