

Budapest

3x-i étkezés ált.iskola 'B' menü

2019. 04. 29.–2019. 05. 05.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	<p>Citromos tea Reszelt sajt Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:401 ZS: 16,3 TZS: 8,7 FH: 17,1 SZH: 43,6 CK: 10,1 SÓ: 2,0</p>	<p>Őszibarack tea Delma light margarin Félbarna kenyér Főtt tojás Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 328 ZS: 10,1 TZS: 1,4 FH: 11,7 SZH: 46,3 CK: 11,3 SÓ: 1,4</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Karamellás tej Fatörzs kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 323 ZS: 6,8 TZS: 3,4 FH: 12,8 SZH: 53,2 CK: 18,1 SÓ: 0,6</p>	<p>Zalai felvágott Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka Tej</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 390 ZS: 11,6 TZS: 4,8 FH: 18,8 SZH: 51,0 CK: 3,3 SÓ: 2,2</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>
<b>EBÉD</b>	<p>Babgulyás sertéshússal Csoki ízű gombóc Porcukor</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN:788 ZS: 10,5 TZS: 2,7 FH: 31,9 SZH:134,0 CK: 23,6 SÓ: 2,6</p>	<p>Reszelt tésztalevés Ezersziget öntet Panírozott halrúd Bulgur</p> <p><u>Allergének:</u> 1,2,3,4,6,7,9,10,14</p> <p>EN: 659 ZS: 23,1 TZS: 2,4 FH: 22,4 SZH: 85,6 CK: 7,8 SÓ: 1,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Petrezselymes zöldséglevés Zöldbabfőzelék Sertés aprópecsenye Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 631 ZS: 20,9 TZS: 6,5 FH: 34,8 SZH: 77,5 CK: 10,2 SÓ: 2,1</p>	<p>Magyaros karalábélevés Milánói makaróni</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 644 ZS: 19,6 TZS: 7,1 FH: 31,9 SZH: 82,4 CK: 12,6 SÓ: 2,9</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>
<b>UZSONNA</b>	<p>Gépsonka Delma light margarin Zsemle Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:240 ZS: 6,5 TZS: 2,5 FH: 9,7 SZH: 34,5 CK: 5,3 SÓ: 1,5</p>	<p>Paprikás szalámi Delma light margarin Zsemle Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 276 ZS: 11,2 TZS: 3,8 FH: 8,4 SZH: 34,4 CK: 5,3 SÓ: 0,9</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Vajkrém magyaros Császárszemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 216 ZS: 7,0 TZS: 3,9 FH: 5,9 SZH: 31,3 CK: 5,5 SÓ: 0,8</p>	<p>Sajtos rúd Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,11</p> <p>EN: 252 ZS: 14,8 TZS: 6,4 FH: 3,7 SZH: 25,9 CK: 5,5 SÓ: 0,6</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 elnézsedet 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.