

Budapest

3x-i étkezés ált.iskola 'A' menü

2019. 05. 06.–2019. 05. 12.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Feketeribizlis tea Afrikai harcsapástétom Zsemle <u>Allergének:</u> 1,4,6 EN:319 ZS: 12,7 TZS: 1,9 FH: 8,2 SZH: 41,8 CK: 11,3 SÓ: 1,2	Citromos tea Vaníliás citrusos túrókrém Zsúrkenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 248 ZS: 1,8 TZS: 0,7 FH: 9,4 SZH: 46,8 CK: 18,3 SÓ: 1,0	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	Kakaós tej Kuglóf <u>Allergének:</u> 1,3,6,7 EN: 358 ZS: 9,5 TZS: 5,0 FH: 15,9 SZH: 52,2 CK: 7,7 SÓ: 0,9	Őszibarack tea Teljes kiőrlésű kenyér Tojáskrém Sárgarépa hasáb <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 292 ZS: 6,8 TZS: 1,0 FH: 8,9 SZH: 46,3 CK: 10,7 SÓ: 1,3	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Amerikai kukoricás csirkeragul Mákos tészta Alma <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12 EN:740 ZS: 21,3 TZS: 5,1 FH: 34,5 SZH:100,9 CK: 23,1 SÓ: 1,0	Lebbencs leves Tökfőzelék Csirke aprópecsenye Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12 EN: 675 ZS: 18,8 TZS: 6,2 FH: 33,8 SZH: 89,3 CK: 10,0 SÓ: 2,0	Zöldségregmleves Levesgyöngy Bácskai rizses sertéshús Céklasaláta édesítőszerrel <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10 EN: 710 ZS: 20,5 TZS: 5,7 FH: 29,3 SZH:100,0 CK: 11,7 SÓ: 1,5	Csontleves Főtt tojás Sóska mártás Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12 EN: 675 ZS: 13,8 TZS: 3,0 FH: 28,1 SZH:105,2 CK: 13,3 SÓ: 1,7	Zöldborsóleves vajas galuskáva Zöldséges rizs Tartár mártás Panírozott halszelet <u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9,10 EN: 722 ZS: 29,8 TZS: 7,6 FH: 24,5 SZH: 87,1 CK: 8,8 SÓ: 1,7	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Sertés párizsi Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN:296 ZS: 11,7 TZS: 4,1 FH: 9,8 SZH: 36,6 CK: 3,3 SÓ: 2,0	Trappista sajt Delma light margarin Szezámagos zsemle Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,7,11 EN: 349 ZS: 16,6 TZS: 8,4 FH: 16,8 SZH: 31,9 CK: 0,1 SÓ: 1,7	Vajkrém snidlinges Teljes kiőrlésű kifli Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 169 ZS: 3,6 TZS: 2,1 FH: 5,3 SZH: 27,4 CK: 2,8 SÓ: 1,0	Csirkemell sonka Delma light margarin Félbarna kenyér Kigyóborka <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 249 ZS: 5,2 TZS: 1,5 FH: 11,0 SZH: 38,7 CK: 4,5 SÓ: 1,9	Joghurt gyümölcsös Kifli <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 306 ZS: 4,8 TZS: 2,8 FH: 12,9 SZH: 56,8 CK: 30,0 SÓ: 1,2	<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 étkezéstetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kJ/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.