

Budapest

3x-i étkezés ált.iskola 'B' menü

2019. 09. 16.–2019. 09. 22.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Gabonagolyó</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8,11</p> <p>EN:267 ZS: 4,1 TZS: 2,0 FH: 11,1 SZH: 46,0 CK: 12,0 SÓ: 0,4</p>	<p>Tej Extra dzsem Delma light margarin Zsúrkenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 378 ZS: 8,5 TZS: 3,2 FH: 13,6 SZH: 59,9 CK: 18,3 SÓ: 1,4</p>	<p>Epres tea Gépsonka Delma light margarin Zsemle Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 271 ZS: 6,6 TZS: 2,5 FH: 9,7 SZH: 42,1 CK: 12,1 SÓ: 1,5</p>	<p>Citromos tea Reszelt sajt Delma light margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 374 ZS: 15,7 TZS: 8,6 FH: 15,9 SZH: 40,2 CK: 11,3 SÓ: 1,5</p>	<p>Vadcsereznyete tea Majonéz uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 279 ZS: 6,6 TZS: 0,9 FH: 8,5 SZH: 43,9 CK: 10,7 SÓ: 1,3</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>Daragaluska leves Zöldséges csirkeragu Kuszkus</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:578 ZS: 9,5 TZS: 2,2 FH: 34,2 SZH: 85,5 CK: 1,8 SÓ: 1,1</p>	<p>Tojásleves Dino figurás vagdalt Kelkáposzta főzelék Őszibarack Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 659 ZS: 21,1 TZS: 2,9 FH: 38,0 SZH: 75,9 CK: 10,2 SÓ: 2,2</p>	<p>Gulyásleves sertéshússal Vaníliás öntet Piskóta kocka Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 841 ZS: 14,0 TZS: 2,9 FH: 31,5 SZH: 141,7 CK: 73,1 SÓ: 1,7</p>	<p>Csontleves Chilis bab Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 850 ZS: 22,4 TZS: 6,3 FH: 43,3 SZH: 115,0 CK: 10,3 SÓ: 2,4</p>	<p>Zöldbableves Halropogós Petrezselymes burgonya Csemege uborka édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,2,3,4,6,7,9,10,12,14</p> <p>EN: 530 ZS: 18,0 TZS: 1,8 FH: 18,9 SZH: 72,2 CK: 0,8 SÓ: 1,1</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>Zöldfűszeres sajtkrém Zsemle Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:223 ZS: 3,9 TZS: 2,2 FH: 7,0 SZH: 34,6 CK: 5,2 SÓ: 1,3</p>	<p>Paprikás szalámi Delma light margarin Félbarna kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 293 ZS: 11,3 TZS: 3,7 FH: 8,8 SZH: 38,8 CK: 4,5 SÓ: 1,3</p>	<p>Libazsír Félbarna kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 324 ZS: 15,5 TZS: 4,7 FH: 5,4 SZH: 38,6 CK: 4,4 SÓ: 1,1</p>	<p>Sertés párizsi Delma light margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 295 ZS: 11,3 TZS: 3,9 FH: 9,3 SZH: 38,9 CK: 4,5 SÓ: 2,0</p>	<p>Sajtos rúd a. Szilva</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,11</p> <p>EN: 271 ZS: 14,6 TZS: 6,4 FH: 3,9 SZH: 30,2 CK: 9,8 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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétet 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.