

Budapest

3x-i étkezés ált.iskola 'A' menü

2019. 10. 21.–2019. 10. 27.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Méz Delma light margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN:377 ZS: 8,3 TZS: 3,6 FH: 11,9 SZH: 60,2 CK: 28,0 SÓ: 1,4	Citromos tea Zalai felvágott Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 267 ZS: 7,6 TZS: 2,8 FH: 9,2 SZH: 39,1 CK: 7,1 SÓ: 1,8	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	Kakaós tej Fatörzs kifli <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 301 ZS: 7,3 TZS: 4,0 FH: 12,9 SZH: 43,1 CK: 19,4 SÓ: 0,6	Citromos tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 262 ZS: 6,6 TZS: 1,0 FH: 8,1 SZH: 40,2 CK: 8,5 SÓ: 1,1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
---	--	---	--	--	---	---

EBÉD

Lebbencsleves Sült baromfi virsli Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12 EN:744 ZS: 26,0 TZS: 5,4 FH: 28,6 SZH: 95,3 CK: 12,8 SÓ: 3,1	Zöldséges lencseleves Bazsalikomos paradicsommártás Spagetti Körte <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10 EN: 648 ZS: 16,1 TZS: 5,5 FH: 26,5 SZH: 96,8 CK: 19,9 SÓ: 0,9	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	Tárkonyos zöldségleves Fasírtgolyó baromfi Majorannás burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,11,12 EN: 816 ZS: 39,9 TZS: 8,8 FH: 23,0 SZH: 88,7 CK: 4,9 SÓ: 3,3	Hagyma krémleves leves gyöngy Panírozott halszelet Karottás rizs Tartármártás <u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9,10 EN: 714 ZS: 38,9 TZS: 11,5 FH: 19,3 SZH: 69,1 CK: 5,6 SÓ: 1,6	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
---	--	---	---	--	---	---

UZSONNA

Natúr sajtkrém Félbarna kenyér Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1,7 EN:245 ZS: 8,4 TZS: 4,7 FH: 7,9 SZH: 33,4 CK: 0,2 SÓ: 1,2	Kenőmájás Zsemle Lilahagyma <u>Allergének:</u> 1,6 EN: 257 ZS: 8,9 TZS: 4,0 FH: 9,6 SZH: 33,4 CK: 0,2 SÓ: 1,1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	Baromfi párizsi Delma light margarin Császárszemle Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 272 ZS: 11,7 TZS: 3,7 FH: 9,4 SZH: 31,7 CK: 1,3 SÓ: 1,2	Túró desszert Kifli <u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8 EN: 202 ZS: 4,7 TZS: 3,4 FH: 5,6 SZH: 34,1 CK: 9,2 SÓ: 0,7	<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. Rákkfélék; 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.