

PÉCS

Általános Iskola felső tagozat AB menü

2023.04.03 – 2023.04.09.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7</p> <p>EN: 293 ZS: 9,2 TZS: 4,7 FH: 10,9 SZH: 41,6 CK: 16,8 SÓ: 0,8</p>	<p>Tea Körözött Kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7, 10</p> <p>EN: 241 ZS: 4,3 TZS: 3,7 FH: 10,7 SZH: 38,7 CK: 13,2 SÓ: 1,1</p>	<p>Tea Tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 4, 6, 7</p> <p>EN: 266 ZS: 6,5 TZS: 3,2 FH: 16 SZH: 33,8 CK: 10 SÓ: 1,5</p>	<p>Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 284 ZS: 5,4 TZS: 2,6 FH: 10,3 SZH: 47,4 CK: 20,5 SÓ: 1,2</p>	<p>ÜNNEP NAP</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>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
EBÉD A	<p>Tejfölös zöldbaleves Tarhonyás sertéshús Csalamádé</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 10</p> <p>EN: 701 ZS: 26,5 TZS: 7,8 FH: 30,1 SZH: 81,5 CK: 6,6 SÓ: 3,9</p>	<p>Lebbencsleves Sertésfasírt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Húsvéti desszert</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 9, 10, 12</p> <p>EN: 772 ZS: 25,4 TZS: 7,1 FH: 26,8 SZH: 105,6 CK: 5,7 SÓ: 3,2</p>	<p>Szárnyas raguleves Mákos guba Vaníliás öntettel Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9, 10</p> <p>EN: 705 ZS: 14,9 TZS: 4,5 FH: 31,5 SZH: 107,1 CK: 53,9 SÓ: 1,7</p>	<p>Daragaluskaleves Zöldborsós csirkeragu Párolt rizs Káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 9, 10</p> <p>EN: 704 ZS: 14,7 TZS: 1,9 FH: 30,6 SZH: 107,8 CK: 17,5 SÓ: 2,1</p>	<p>ÜNNEP NAP</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>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
EBÉD B	<p>Tejfölös zöldbaleves Reszelt sertésmáj Tört burgonya Csalamádé</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 10, 12</p> <p>EN: 702 ZS: 16,2 TZS: 2,9 FH: 31,2 SZH: 103,3 CK: 3,4 SÓ: 4</p>	<p>Lebbencsleves Mézes, mustáros csirkeragu Párolt rizs Húsvéti desszert</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 9, 10, 12</p> <p>EN: 713 ZS: 16,8 TZS: 2,8 FH: 28,6 SZH: 107,3 CK: 5,4 SÓ: 2,5</p>	<p>Szárnyas raguleves Burgonyás kocka Céklasaláta Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 9, 10, 12</p> <p>EN: 704 ZS: 17,7 TZS: 1,2 FH: 27,4 SZH: 104,3 CK: 18 SÓ: 2,9</p>	<p>TAVASZI SZÜNET</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>ÜNNEP NAP</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>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
UZSONNA	<p>Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 152 ZS: 4,7 TZS: 1,4 FH: 4,4 SZH: 21,6 CK: 0,4 SÓ: 0,8</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 6, 7</p> <p>EN: 306 ZS: 13 TZS: 4,5 FH: 10,2 SZH: 34,3 CK: 0,3 SÓ: 1,6</p>	<p>Soproni felvágott Margarin Kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 241 ZS: 10,3 TZS: 2,6 FH: 8,2 SZH: 27,8 CK: 0,4 SÓ: 1,6</p>	<p>Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 175 ZS: 3,6 TZS: 1,1 FH: 10,8 SZH: 23,2 CK: 2,4 SÓ: 1,7</p>	<p>ÜNNEP NAP</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>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>

Allergénjelölés magyarázata: 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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzettel! Az ételapváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézést kérjük, megértesed köszönjük. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számitott 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

PÉCS

Általános Iskola felső tagozat AB menü

2023.04.10 – 2023.04.16.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	HÚSVÉT <u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	Tea Vaníliás túrókrém Kenyér <u>Allergének:</u> EN: 274 ZS: 4,4 SZH: 47,3	Tea Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> EN: 241 ZS: 5,8 SZH: 32,5	Tej Gabonapehely <u>Allergének:</u> EN: 224 ZS: 3,8 SZH: 35,8	Tea Majonézes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> EN: 248 ZS: 8 SZH: 33,5	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
EBÉD A	HÚSVÉT <u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	Tarhonyaleves Főtt tojás Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> EN: 706 ZS: 21 SZH: 94,6	Paradicsomleves Rántott csirkemell Zöldséges bulgur Vitaminsaláta <u>Allergének:</u> EN: 785 ZS: 10,3 SZH: 130,6	Zöldségleves Főtt virsli Magyaros burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> EN: 709 ZS: 24,1 SZH: 87,7	Bableves Sajtós, tejfőlés tészta Alma <u>Allergének:</u> EN: 703 ZS: 22,6 SZH: 91,4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
EBÉD B	HÚSVÉT <u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	TAVASZI SZÜNET <u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	Paradicsomleves Zöldséges sertéshúsos ragu Penne <u>Allergének:</u> EN: 803 ZS: 29,3 SZH: 105,3	Zöldségleves Baconos csirkemáragru Párolt rizs Házi vegyes saláta <u>Allergének:</u> EN: 707 ZS: 25,9 SZH: 85,1	Bableves Tejbedara Kakaós szórattal Alma <u>Allergének:</u> EN: 705 ZS: 13,4 SZH: 118,7	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
UZSONNA	HÚSVÉT <u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	Sertés párizsi Margarin Zsemle Paprika <u>Allergének:</u> EN: 290 ZS: 10,9 SZH: 36,7	Reszelt Trappista sajt Margarin Kenyér Kigyóuborka <u>Allergének:</u> EN: 290 ZS: 12,9 SZH: 27,1	Zala felvágott Margarin Kenyér Retek <u>Allergének:</u> EN: 223 ZS: 7,7 SZH: 28,1	Gyümölcs ízű joghurt Kifli <u>Allergének:</u> EN: 191 ZS: 1,5 SZH: 37,1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:

Allergénjelölés magyarázata: 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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzetnél! Az ételapváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézést kérjük, megértésed köszönjük. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számitott 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

PÉCS

Általános Iskola felső tagozat AB menü

2023.04.17 – 2023.04.23.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tej Kakaós csiga <u>Allergének:</u> 1, 3, 7 EN: 265 ZS: 11,7 TZS: 5,8 FH: 9 SZH: 31,8 CK: 17 SÓ: 0,5	Tej Méz Margarin Kenyér <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 299 ZS: 5,4 TZS: 2,6 FH: 10,3 SZH: 51,8 CK: 25,7 SÓ: 1,2	Tea Sajtkrém Kifli <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 231 ZS: 8,2 TZS: 5 FH: 6,6 SZH: 32,2 CK: 11,3 SÓ: 1,1	Tea Majonézes tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 3, 4, 6, 7, 10 EN: 273 ZS: 7,4 TZS: 2,2 FH: 15 SZH: 34,3 CK: 10,2 SÓ: 2,1	Tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paprika <u>Allergének:</u> 1, 3 EN: 257 ZS: 7,7 TZS: 3,8 FH: 10,2 SZH: 34,1 CK: 9,8 SÓ: 0,9	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
EBÉD A	Magyaros gombaleves Dino szelet Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 10 EN: 780 ZS: 28,1 TZS: 4,2 FH: 33 SZH: 95,3 CK: 15,6 SÓ: 3,7	Húsleves Főtt sertésszelet Gyümölcsmártás Piritott dara <u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 9, 10 EN: 760 ZS: 23 TZS: 7,2 FH: 26,6 SZH: 108,7 CK: 41,6 SÓ: 2,7	100%-os gyümölcslé Bácskai rizses sertéshús Csemege uborka <u>Allergének:</u> 1, 10 EN: 709 ZS: 20,6 TZS: 5,8 FH: 23,9 SZH: 102,3 CK: 25,5 SÓ: 2,4	Frankfurti leves Szilvalekváros derelye <u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 10, 12 EN: 763 ZS: 14,8 TZS: 3,9 FH: 26,9 SZH: 124,2 CK: 15 SÓ: 2,1	Újghagymás burgonyakrémeles Vegetáriánus Bolognai ragu Spagetti Reszelt sajtjal <u>Allergének:</u> 1, 6, 7, 9, 10, 12 EN: 709 ZS: 18,9 TZS: 6 FH: 24 SZH: 106 CK: 11,5 SÓ: 1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
EBÉD B	Magyaros gombaleves Pritaminos csirkefasírt Párolt rizs Csalamádé <u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 10 EN: 701 ZS: 19,3 TZS: 5,3 FH: 24,9 SZH: 102,4 CK: 6,1 SÓ: 4	Húsleves Temesvári sertésragu Főtt tészta <u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 9, 10 EN: 701 ZS: 24,4 TZS: 7,6 FH: 28,5 SZH: 87,8 CK: 8,5 SÓ: 3,4	100%-os gyümölcslé Sertéshúsos rakott burgonya Csemege uborka <u>Allergének:</u> 1, 7, 10, 12 EN: 704 ZS: 28 TZS: 8 FH: 23,1 SZH: 85,2 CK: 26,3 SÓ: 2,1	Frankfurti leves Mákos metélt <u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 10, 12 EN: 722 ZS: 22,9 TZS: 5,4 FH: 28 SZH: 98,5 CK: 26,3 SÓ: 1,9	Újghagymás burgonyakrémeles Rántott sajt Petrezselymes rizs Tartármártás <u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 10, 12 EN: 846 ZS: 32,3 TZS: 13,9 FH: 25,9 SZH: 106,9 CK: 11 SÓ: 3,4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
UZZONNA	Kenőmájás Kenyér Retek <u>Allergének:</u> 1, 6, 7, 9, 10 EN: 270 ZS: 12,3 TZS: 4,6 FH: 10,1 SZH: 28,9 CK: 2,9 SÓ: 1,9	Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Csemege uborka <u>Allergének:</u> 1 EN: 268 ZS: 13,8 TZS: 4,7 FH: 9,3 SZH: 22,2 CK: 0,7 SÓ: 2	Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paprika <u>Allergének:</u> 1 EN: 237 ZS: 10,6 TZS: 2,7 FH: 8,2 SZH: 24,6 CK: 0,5 SÓ: 1,4	Vajkrém napraforgómaggal Zsemle Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1, 6, 7 EN: 243 ZS: 7,2 TZS: 3,3 FH: 7,3 SZH: 35,9 CK: 0,8 SÓ: 0,9	Túró desszert Alma <u>Allergének:</u> 6, 7 EN: 113 ZS: 4,4 TZS: 14,3 FH: 1,9 SZH: 16 CK: 14,9 SÓ: 0	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:

Allergénjelölés magyarázata: 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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzetnél! Az ételapváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézésekérjük, megértésed köszönjük. A 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

PÉCS

Általános Iskola felső tagozat AB menü

2023.04.24 – 2023.04.30.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tea Pogácsa <u>Allergének:</u> 1, 3, 7 EN: 252 ZS: 11,5 TZS: 5,9 FH: 4,6 SZH: 32 CK: 9,4 SÓ: 1,6	Kakaós tej Margarin Kifli <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 298 ZS: 8,1 TZS: 3,9 FH: 10,2 SZH: 46,5 CK: 25,3 SÓ: 0,8	Tea Póréhagymás túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 231 ZS: 4,9 TZS: 4,1 FH: 10,3 SZH: 34,2 CK: 11,4 SÓ: 1	Tej Fonottka <u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7 EN: 250 ZS: 6,9 TZS: 3,6 FH: 10,1 SZH: 36,6 CK: 15,3 SÓ: 0,6	Tea Petrezselymes, uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 10 EN: 220 ZS: 5,6 TZS: 2,1 FH: 6 SZH: 33,6 CK: 10,1 SÓ: 1,7	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
EBÉD A	Meggy leves Pritaminos sertésragu Párolt rizs Csemege uborka <u>Allergének:</u> 1, 7, 10 EN: 715 ZS: 23,1 TZS: 7,1 FH: 21 SZH: 95,7 CK: 32 SÓ: 2,4	Köményleves Zsemlekockával Paradicsomos sertés húsgombóc Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9, 10, 12 EN: 711 ZS: 21,2 TZS: 5,7 FH: 24,9 SZH: 102,9 CK: 26,6 SÓ: 3,8	Kertészleves Csirkepörkölt Főtt tészta Céklasaláta <u>Allergének:</u> 1, 3, 9, 10 EN: 706 ZS: 15,2 TZS: 1,8 FH: 35,6 SZH: 102,5 CK: 11,4 SÓ: 4	Daragaluskaleves Főtt virsli Sárgaborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 3, 9, 10 EN: 705 ZS: 24,9 TZS: 6,6 FH: 31,8 SZH: 83,4 CK: 7,6 SÓ: 3,2	Hamis gulyásleves Dejós nudli Vaníliás öntettel Alma <u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 9, 10, 12 EN: 830 ZS: 14,2 TZS: 3,2 FH: 22,2 SZH: 130,5 CK: 35,5 SÓ: 4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
EBÉD B	Meggy leves Paprikás burgonya kolbásszal Csemege uborka <u>Allergének:</u> 1, 7, 10, 12 EN: 704 ZS: 20 TZS: 5,8 FH: 15,5 SZH: 111,3 CK: 30,1 SÓ: 2,3	Köményleves Zsemlekockával Sajtos, tejfölös sertésszelet Pritaminos rizs Céklasaláta <u>Allergének:</u> 1, 7, 9, 10 EN: 706 ZS: 28,6 TZS: 11,2 FH: 33 SZH: 75,1 CK: 8,5 SÓ: 2,8	Kertészleves Görög fűszeres csirkemell Steak burgonya Friss saláta <u>Allergének:</u> 1, 3, 9, 10 EN: 709 ZS: 18,3 TZS: 10,3 FH: 33,2 SZH: 98,2 CK: 15 SÓ: 3,3	Daragaluskaleves Rakott zöldbab sertéshússal <u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9, 10 EN: 708 ZS: 27,2 TZS: 7,9 FH: 26,6 SZH: 84,8 CK: 7,3 SÓ: 1,5	Hamis gulyásleves Túrós metélt Alma <u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9, 10, 12 EN: 709 ZS: 22,3 TZS: 10,7 FH: 29,5 SZH: 93 CK: 17 SÓ: 2,1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
UZSONNA	Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 183 ZS: 5,8 TZS: 3,8 FH: 5,2 SZH: 25,6 CK: 0,7 SÓ: 0,9	Trappista sajt Margarin Kenyer Sárgarépa korong <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 304 ZS: 12,9 TZS: 7,4 FH: 15,2 SZH: 30,3 CK: 2,7 SÓ: 1,6	Olasz felvágott Margarin Zsemle Paprika <u>Allergének:</u> 1, 6 EN: 259 ZS: 8,1 TZS: 2,8 FH: 9,3 SZH: 36,2 CK: 0,5 SÓ: 1,2	Baromfi párizsi Margarin Kenyer Retek <u>Allergének:</u> 1 EN: 217 ZS: 8 TZS: 0,6 FH: 7,9 SZH: 27,8 CK: 2 SÓ: 1,7	Kocka sajt Kifli <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 137 ZS: 2,9 TZS: 1,5 FH: 4,7 SZH: 22,7 CK: 1,3 SÓ: 0,6	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:

Allergénjelölés magyarázata: 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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzetnél! Az ételapváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézést kérjük, megértésed köszönjük. A 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.