



ÉTLAP

Pécs

Szabadszedés Felső

2025.11.03.–2025.11.07.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

Tea
Sajtos pogácsa (1,3,7,12)

Allergének:
1,3,7,12

EN:203
ZS:6,5
SZH:31,8

TZS:3,2

FH:3,4

SÓ:1,1

Tej (7)
Méz
Margarin
Fehér kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:288
ZS:5,4
SZH:50

TZS:2,7

FH:10,7

SÓ:0,88

Tejeskávé (1,7)
Fonottka (1,3,6,7)

Allergének:
1,3,6,7

EN:290
ZS:6,9
SZH:45,8

TZS:3,6

FH:10,8

SÓ:0,56

Tea
Sajtkrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Paradicsom

Allergének:
1,7

EN:215
ZS:2,5
SZH:39

TZS:1,1

FH:7,3

SÓ:1

Tea
Soproni felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kígyóborka

Allergének:
1

EN:257
ZS:8,3
SZH:36,3

TZS:3,1

FH:7,7

SÓ:1,44

Almalé 100%-os
Rakott burgonya (3,6,7,12)
Csemegeuborka (10,12)

Allergének:
3,6,7,10,12

EN:699
ZS:27,6
SZH:73

TZS:11,9

FH:23,6

SÓ:2,98

Zöldségleves (1,3,12)
Főtt tojás (3)
Zöldborsófőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Körte

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:563
ZS:14,1
SZH:75,6

TZS:3,2

FH:23,4

SÓ:2,12

Köménymagleves (1)
Pirított zsemlekocka (1)
Kukoricas csirkeragu (1,7)
Párolt rizs

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:738
ZS:32,3
SZH:82

TZS:7,6

FH:24,5

SÓ:3,05

Lencsegyulyás sertéshússal (1,3,9)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Csokoládés gombóc (1,3,7)
Porcukor szórat

Allergének:
1,3,7,9

EN:1121
ZS:19,7
SZH:186,2

TZS:3,7

FH:38,2

SÓ:2,81

Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Bolognai sertésragu (9)
Spagetti (1)
Sajt szórat (7)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:811
ZS:36,8
SZH:79,2

TZS:14,2

FH:38,9

SÓ:1,55

Almalé 100%-os
Bácskai rizseshús
Csemegeuborka (10,12)

Allergének:
10,12

EN:625
ZS:23,4
SZH:85,6

TZS:6,2

FH:16,3

SÓ:1,84

Zöldségleves (1,3,12)
Reszelt sajt (7)
Tefjöl (7)
Farfalle (1)
Körte

Allergének:
1,3,7,12

EN:607
ZS:25,4
SZH:70,4

TZS:12,3

FH:23

SÓ:1,09

Köménymagleves (1)
Pirított zsemlekocka (1)
Főtt sertészelet
Meggymártás (1,7)
Pirított dara (1)

Allergének:
1,7

EN:599
ZS:15,6
SZH:92,6

TZS:2

FH:17,6

SÓ:1,17

Lencsegyulyás sertéshússal (1,3,9)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Carbonara szósz (1,7)
Spagetti (1)

Allergének:
1,3,7,9

EN:870
ZS:38,9
SZH:91,6

TZS:15,2

FH:34,2

SÓ:2,91

Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Fűszeres csirkeszárnnyak
Steak burgonya
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,3,7,12

EN:750
ZS:32,2
SZH:75,2

TZS:10,8

FH:36,7

SÓ:1,76

Kenőmajas
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Paradicsom

Allergének:
1

EN:220
ZS:7,9
SZH:27,9

TZS:2,8

FH:7,9

SÓ:1,21

Vajkrém (7)
Zsemle (1)
Kígyóborka

Allergének:
1,7

EN:194
ZS:4,5
SZH:31

TZS:2,6

FH:5,6

SÓ:0,83

Füstölt pulykapárizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1

EN:216
ZS:7,8
SZH:27,4

TZS:2,7

FH:7,5

SÓ:1,38

Paprikás szalámi
Margarin
Zsemle (1)

Allergének:
1

EN:238
ZS:8,9
SZH:30

TZS:3,2

FH:7,7

SÓ:1,24

Piros gyümölcsös joghurt (7)
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

EN:246
ZS:2,5
SZH:44

TZS:0,8

FH:8,5

SÓ:0,65

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén 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 a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. 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).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. **TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!**





ÉTLAP

Pécs

Szabadszedés Felső

2025.11.10.–2025.11.14.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

Tea
Pizzás csiga (1,7,12)

Allergének:
1,7,12

EN:195
ZS:7,2
SZH:28,5
TZS:3,8
FH:3,5
SÓ:0,7
CK:11,1

Tej (7)
Dzsungel gabonapehely (1,6)

Allergének:
1,6,7

EN:240
ZS:3,9
SZH:41
TZS:2,1
FH:9,7
SÓ:0,52
CK:21

Tea
Körözött (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:208
ZS:2,7
SZH:35,9
TZS:1,4
FH:8,1
SÓ:0,78
CK:10,7

Epres joghurt (7)
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

EN:247
ZS:2,1
SZH:46,5
TZS:0,8
FH:7,8
SÓ:0,63
CK:19,9

Tea
Petrezselymes uborkás tojáskrém (3,10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,3,10,12

EN:241
ZS:5,5
SZH:37,7
TZS:1,1
FH:6,5
SÓ:1,04
CK:11,3

EBÉD A

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Mákos nudli (1)
Vaníliás öntet (7)
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:939
ZS:19,9
SZH:137,8
TZS:4,9
FH:26,3
SÓ:2,58
CK:38,3

Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Húsgombóc (1)
Káposztafőzelék (1,7,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:531
ZS:25,9
SZH:49,5
TZS:8,1
FH:21,3
SÓ:5,39
CK:8,6

Almalé 100%-os
Lecsós virsli (1)
Tarhonya (1)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:792
ZS:36,4
SZH:92,4
TZS:11,1
FH:21,8
SÓ:3,75
CK:33,1

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Csirkepörkölt (1)
Lencsefőzelék (1,7,10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Mandarin

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:730
ZS:20,6
SZH:85,8
TZS:5,4
FH:39,9
SÓ:2,74
CK:20,4

Őszibarack krémleves (1,12)
Panírozott halfilé (1,4,7,10)
Kukoricás rizs
Coleslaw (3,7,10,12)

Allergének:
1,3,4,7,10,12

EN:717
ZS:25,1
SZH:100,5
TZS:3,1
FH:20,8
SÓ:2,53
CK:27,5

EBÉD B

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Amerikai sajtos tészta (1,7)
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:598
ZS:21,6
SZH:76,8
TZS:8,5
FH:20,4
SÓ:1,13
CK:17,8

Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Bakonyi csirkeragu (1,7)
Párolt rizs

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:566
ZS:19,3
SZH:68,4
TZS:4,6
FH:23,5
SÓ:1,47
CK:3,7

Almalé 100%-os
Sertéshúsgolyó (1,3)
Svéd mártás (1,6,7,10,12)
Áfonyaszósz
Tört burgonya (12)

Allergének:
1,3,6,7,10,12

EN:725
ZS:23,9
SZH:109,5
TZS:5,5
FH:19
SÓ:3,26
CK:45,8

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Lilahagymás sajtkrém serti szelet (1,7)
Bulgur (1)
Csemegeuborka (10,12)
Mandarin

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:644
ZS:22,2
SZH:74,7
TZS:5,2
FH:24,2
SÓ:2,96
CK:15,4

Őszibarack krémleves (1,12)
Csirke gyros
Steak burgonya
Friss saláta
Joghurt öntet (7)

Allergének:
1,7,12

EN:687
ZS:21,1
SZH:80
TZS:6,2
FH:33,9
SÓ:2,31
CK:29

UZSONNA

Natúr szendvicskrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:176
ZS:4,3
SZH:27,8
TZS:2
FH:4,7
SÓ:0,86
CK:1,4

Reszelt sajt (7)
Margarin
Fehér kenyér (1)
Paradicsom

Allergének:
1,7

EN:213
ZS:7,9
SZH:25,3
TZS:4,5
FH:9,3
SÓ:1
CK:0,3

Gépsonka
Margarin
Zsemle (1)
Kígyóborka

Allergének:
1

EN:208
ZS:4,3
SZH:31,3
TZS:1,4
FH:9,2
SÓ:1,54
CK:1,3

Baromfi párizsi
Margarin
Fehér kenyér (1)
Jégcsapretek

Allergének:
1

EN:195
ZS:6,6
SZH:25,2
TZS:1,8
FH:8
SÓ:1,36
CK:0,4

Kockasajt (7)
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

EN:203
ZS:6,6
SZH:27,9
TZS:4
FH:7
SÓ:1,15
CK:2,1

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel 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 a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. 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).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. **TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!**





ÉTLAP

Pécs

Szabadszedés Felső

2025.11.17.–2025.11.21.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

Kakaós tej (7)
Foszlós kalács (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:325
ZS:9,4
SZH:47,6

TZS:4,8
CK:22,7

FH:12,4
SÓ:0,78

Tea
Barackos túrókrém (7)
Zsemle (1)

Allergének:
1,7

EN:230
ZS:1,9
SZH:43,7

TZS:0,9
CK:14,5

FH:7,5
SÓ:0,65

Tea
Zala felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1

EN:249
ZS:7,7
SZH:35,4

TZS:2,8
CK:9,6

FH:7,7
SÓ:1,26

Vanília ízű tej (7)
Margarin
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

EN:281
ZS:5,9
SZH:45,6

TZS:2,8
CK:20

FH:10,9
SÓ:0,81

Tea
Füstölt pulykapárizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1

EN:245
ZS:7,7
SZH:35,3

TZS:2,7
CK:9,7

FH:7,1
SÓ:1,38

EBÉD A

Almalé 100%-os
Zöldborsós csirkeragu (1)
Párolt rizs
Csalamádé (10,12)

Allergének:
1,7,10,12

EN:690
ZS:17,6
SZH:97,1

TZS:4,4
CK:29,5

FH:28,7
SÓ:2,91

Lebbencsleves (1,12)
Csirke fasírtgolyó
Sárgaborsófőzelék (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Narancs

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:755
ZS:24,3
SZH:87,9

TZS:5,4
CK:12,9

FH:35,1
SÓ:3,97

Tárkonyos csirkeraguleves (1,7,9,12)
Darás metélt (1)
Eperöntet

Allergének:
1,7,9,12

EN:755
ZS:17,9
SZH:117,2

TZS:4,3
CK:36,6

FH:27,2
SÓ:1,29

Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12)
Főtt tojás (3)
Sós kamártás (7)
Főtt burgonya (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Gesztenyerúd

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:586
ZS:17,8
SZH:82,5

TZS:5,8
CK:25,4

FH:16
SÓ:2,27

Paradicsomleves (1,3,9)
Kukorica morzsás csirkemell csík (1)
Rizibizi
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:829
ZS:29,4
SZH:112

TZS:3,9
CK:27,6

FH:25,1
SÓ:2,8

EBÉD B

Almalé 100%-os
Sertésbrassói (12)
Csalamádé (10,12)

Allergének:
10,12

EN:657
ZS:23,8
SZH:84,2

TZS:7,3
CK:24,8

FH:18,2
SÓ:2,18

Lebbencsleves (1,12)
Rakott kelkáposzta (1,7)
Narancs

Allergének:
1,7,12

EN:477
ZS:19,9
SZH:51,5

TZS:5,7
CK:14,9

FH:22,4
SÓ:0,71

Tárkonyos csirkeraguleves (1,7,9,12)
Tejberizs (7)
Fahéjas porcukor

Allergének:
1,7,9,12

EN:502
ZS:12,4
SZH:77,3

TZS:6,2
CK:39,7

FH:18,6
SÓ:1,13

Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12)
Rántott gomba (1,3)
Petrezselymes bulgur (1)
Tartármártás (3,7,10,12)
Gesztenyerúd

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:842
ZS:38
SZH:97,8

TZS:7,1
CK:15

FH:18,2
SÓ:2,11

Paradicsomleves (1,3,9)
Alföldi húsos galuska (1,3)
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,3,9

EN:763
ZS:31,1
SZH:92,2

TZS:10,5
CK:25,4

FH:25
SÓ:1,58

UZSONNA

Kenőmájas
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Újhagyma

Allergének:
1

EN:225
ZS:7,8
SZH:29,2

TZS:2,8
CK:1,2

FH:8
SÓ:1,21

Csemege szalámi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Jégcsapretek

Allergének:
1

EN:223
ZS:9,2
SZH:26,4

TZS:3,3
CK:0,5

FH:7
SÓ:1,42

Vajkrém (7)
Zsemle (1)
Kígyóuborka

Allergének:
1,7

EN:194
ZS:4,5
SZH:31

TZS:2,6
CK:1,1

FH:5,6
SÓ:0,83

Reszelt sajt (7)
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:224
ZS:8,1
SZH:27

TZS:4,6
CK:0,9

FH:9,2
SÓ:1,1

Tengeri sós kukoricacsack
Alma

Allergének:

EN:120
ZS:0,4
SZH:25,5

TZS:0,1
CK:7,4

FH:2,1
SÓ:0,38

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál 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. Csillagfűt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. 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).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. **TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!**





ÉTLAP

Pécs

Szabadszedés Felső

2025.11.24.–2025.11.28.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

Tej (7)
Csokis gabonagolyó (1,6)

Allergének:
1,6,7

EN:246
ZS:4,6
SZH:41,8

TZS:2,3
CK:23,8

FH:9
SÓ:0,32

Tea
Körözött (7)
Fehér kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:199
ZS:2,5
SZH:34,5

TZS:1,3
CK:10,6

FH:8,3
SÓ:0,68

Tea
Majonézes tojáskrém (3,10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,3,10

EN:244
ZS:5,7
SZH:37,6

TZS:1,2
CK:11,2

FH:6,7
SÓ:1,01

Tea
Reszelt sajt (7)
Margarin
Fehér kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:244
ZS:7,8
SZH:33,4

TZS:4,5
CK:9,5

FH:9
SÓ:1

Tejeskávé (1,7)
Fatörzs kifli (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:293
ZS:6,5
SZH:47,1

TZS:3,7
CK:20,7

FH:10,8
SÓ:0,56

EBÉD A

Brokkolikrémleves (1,7,12)
Pírtott zsemlekocka (1)
Pincepörkölt (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Csalamádé (10,12)

Allergének:
1,7,10,12

EN:578
ZS:18,2
SZH:71,1

TZS:5,9
CK:7,9

FH:25,7
SÓ:2,91

Bagolyborsó leves (1,7,9)
Paradicsomos tonhalas ragu (4,6)
Orsó tészta (1)
Sajt szórat (7)

Allergének:
1,3,4,6,7,9,10,12

EN:774
ZS:28,8
SZH:84,9

TZS:9,2
CK:12,9

FH:41,4
SÓ:2,83

Tejfölös burgonyaleves (1,7,9,12)
Szilvatöltelikes gombóc (1)
Porcukor szórat
Mandarin

Allergének:
1,7,9,12

EN:809
ZS:15,3
SZH:140,2

TZS:4,1
CK:42,6

FH:20,6
SÓ:1,78

Zöldségleves (1,3,12)
Paradicsomos húsos káposzta (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:466
ZS:21
SZH:49,5

TZS:4,3
CK:18,6

FH:15,5
SÓ:2

Almalé 100%-os
Natúr sertésszelet
Pecsényelé (1,12)
Petrezselymes rizs

Allergének:
1,7,12

EN:577
ZS:14,7
SZH:87,6

TZS:2,6
CK:27,6

FH:19,3
SÓ:1,61

EBÉD B

Brokkolikrémleves (1,7,12)
Pírtott zsemlekocka (1)
Csirkeragu Jóasszony módra (1)
Párolt rizs

Allergének:
1,7,12

EN:600
ZS:18,2
SZH:76,2

TZS:4,3
CK:3,9

FH:26,5
SÓ:1,75

Bagolyborsó leves (1,7,9)
Búbos sertésszelet (1,3,7)
Petrezselymes burgonya (12)
Csemegeuborka (10,12)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:577
ZS:19,7
SZH:66,2

TZS:4,8
CK:5,6

FH:23,4
SÓ:3,19

Tejfölös burgonyaleves (1,7,9,12)
Gombapörkölt (1)
Galuska (1,3)
Mandarin

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:591
ZS:17,8
SZH:86,1

TZS:5,1
CK:10,3

FH:16,3
SÓ:0,68

Zöldségleves (1,3,12)
Parajos penne (1,7)

Allergének:
1,3,7,12

EN:454
ZS:15,8
SZH:58,7

TZS:3,8
CK:6,7

FH:17,6
SÓ:0,76

Almalé 100%-os
Reszelt csirkemáj (1)
Tört burgonya (12)
Színes vegyessaláta (12)

Allergének:
1,12

EN:535
ZS:10
SZH:77,4

TZS:3,8
CK:30,5

FH:27,6
SÓ:1,15

UZSONNA

Vajkrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:181
ZS:4,7
SZH:27,7

TZS:2,8
CK:1,4

FH:5,1
SÓ:0,88

Sertés párizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Kigyóuborka

Allergének:
1

EN:217
ZS:7,9
SZH:27,6

TZS:2,9
CK:0,4

FH:7,5
SÓ:1,24

Barackos joghurt (7)
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

EN:266
ZS:2
SZH:52,8

TZS:0,8
CK:24,9

FH:7,8
SÓ:0,63

Gépsonka
Margarin
Zsemle (1)
Jégsaláta

Allergének:
1

EN:206
ZS:4,3
SZH:31

TZS:1,4
CK:1,3

FH:9
SÓ:1,54

Kockasajt (7)
Teljes kiőrlésű kifli (1)
Alma

Allergének:
1,7

EN:209
ZS:6,4
SZH:29

TZS:3,9
CK:8,3

FH:6,9
SÓ:1,23

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. 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).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. **TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!**

