

Szombathely

Általános iskola alsó tagozat kiszállítás

2024. 05. 27.–2024. 06. 02.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Poharas tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:326 ZS: 8 TZS: 4,4 FH: 10,2 SZH:50,8 CK:20,8 SÓ: 0,99</p>	<p>Almalé 100%-os Foszlós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 305 ZS: 3,7 TZS: 1,7 FH: 5,5 SZH:60,8 CK: 30,3 SÓ: 0,07</p>	<p>Almalé 100%-os Margarin Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 311 ZS: 6,4 TZS: 2,7 FH:4,1 SZH:57,6 CK: 27 SÓ: 0,49</p>	<p>Soproni felvágott Margarin Félbarna kenyér Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 222 ZS: 9,2 TZS: 3,4 FH: 7,8 SZH:26,5 CK: 0,7 SÓ: 1,34</p>	<p>Petrezselymes tojáskrém Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 186 ZS: 4,9 TZS: 2,2 FH: 6,7 SZH: 26,9 CK: 1 SÓ: 0,91</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>Zellerkrémleves Sárgarépa kockával Tarhonyás hús Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN:559 ZS: 22,8 TZS: 6,2 FH: 23,7 SZH:62,7 CK:8,2 SÓ: 1,72</p>	<p>Daragaluska leves Sertésfasírt kölessel Tökfőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 471 ZS: 20,4 TZS: 6,4 FH: 19,2 SZH:51,7 CK: 10,3 SÓ: 2,18</p>	<p>Májgaluska leves Mákos metélt</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 598 ZS: 15,6 TZS: 2,2 FH:21,2 SZH:92,5 CK: 30,6 SÓ: 0,58</p>	<p>Tárkonyos zöldségleves Krinolin Babfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12</p> <p>EN: 602 ZS: 20,4 TZS: 4,1 FH: 28,8 SZH:71,2 CK: 4,1 SÓ: 2,39</p>	<p>Gyümölcsleves Rántott sajt Párolt rizs Tartármártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 789 ZS: 32,4 TZS: 10,6 FH: 18,3 SZH: 106,4 CK: 33,4 SÓ: 1,65</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>Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:188 ZS: 4,4 TZS: 1,5 FH: 8,6 SZH:27,1 CK:1 SÓ: 1,6</p>	<p>Tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,10,12</p> <p>EN: 163 ZS: 1,2 TZS: 0,2 FH: 9,4 SZH:27,2 CK: 0,5 SÓ: 0,86</p>	<p>Tavaszi felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 215 ZS: 7,1 TZS: 2,6 FH:7,8 SZH:28 CK: 1,2 SÓ: 1,38</p>	<p>Kakaós csiga Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 317 ZS: 7,9 TZS: 1,5 FH: 6,3 SZH:53,6 CK: 24,3 SÓ: 0,13</p>	<p>Medvehagymás teljes kiőrlésű rúd Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 299 ZS: 8,8 TZS: 2 FH: 9,8 SZH: 47,8 CK: 12,1 SÓ: 0,12</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 kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűt; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgáltatást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézéstet 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.



A **HÜSMENTES PÉNTEK**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Szombathely

Általános iskola alsó tagozat kiszállítás

2024. 06. 03.–2024. 06. 09.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Poharas tej Szilva extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:305 ZS: 8,2 TZS: 4,6 FH: 9,6 SZH:47,7 CK:22,7 SÓ: 1</p>	<p>Majonézes tonhalkrém Zsemle Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,10</p> <p>EN: 244 ZS: 3 TZS: 0,3 FH: 10,6 SZH:41,1 CK: 11,3 SÓ: 0,95</p>	<p>Poharas tej Foszlós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 323 ZS: 9,3 TZS: 5,5 FH:11,3 SZH:48 CK: 19,5 SÓ: 0,34</p>	<p>Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 204 ZS: 7,1 TZS: 2,6 FH: 8,1 SZH:26,4 CK: 0,7 SÓ: 1,34</p>	<p>Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 194 ZS: 5,1 TZS: 1,5 FH: 6,8 SZH: 26,9 CK: 0,5 SÓ: 0,86</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>Tojásleves Németalföldi tokány Bulgur</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:610 ZS: 30,9 TZS: 7,9 FH: 21,7 SZH:53,1 CK:2,7 SÓ: 0,32</p>	<p>Csontleves Rakott karfiol Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 588 ZS: 30,1 TZS: 8,8 FH: 24,9 SZH:51,3 CK: 4,9 SÓ: 1,39</p>	<p>Paradicsomleves zellercsikkal Búbos csirkemell Sárgarépas rizs Vitaminasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 797 ZS: 24,5 TZS: 4 FH:35,6 SZH:108,3 CK: 25,6 SÓ: 2,49</p>	<p>Álföldi tésztalesves Főtt virsli Majorannás burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 454 ZS: 15 TZS: 6,2 FH: 15,3 SZH:59,4 CK: 3,5 SÓ: 2,08</p>	<p>Magyaros zöldborsóleves Sajtos-tejfőlés spagetti Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 595 ZS: 22,4 TZS: 9,6 FH: 24,7 SZH: 71,4 CK: 14,7 SÓ: 1,08</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 vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:202 ZS: 6,6 TZS: 4,1 FH: 5,6 SZH:28,1 CK:1,6 SÓ: 0,97</p>	<p>Baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 203 ZS: 6,8 TZS: 1,9 FH: 7,7 SZH:27,4 CK: 1,2 SÓ: 1,36</p>	<p>Reszelt sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 212 ZS: 7,2 TZS: 3,8 FH:9,3 SZH:26,1 CK: 0,4 SÓ: 1,13</p>	<p>Tökmagos pogácsa Őszibarack</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 353 ZS: 13,1 TZS: 2,3 FH: 11,8 SZH:44 CK: 15 SÓ: 0,44</p>	<p>Gyümölcs joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 250 ZS: 4,3 TZS: 2,5 FH: 7,5 SZH: 44 CK: 16,1 SÓ: 0,65</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 kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztyszennyeződéssel 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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás ételről érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti ételapváltoztatásért előre is elnézést 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Szombathely

Általános iskola alsó tagozat kiszállítás

2024. 06. 10.–2024. 06. 16.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Poharas tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:312 ZS: 8,2 TZS: 4,6 FH: 9,6 SZH:51,2 CK:26,2 SÓ: 1</p>	<p>Almalé 100%-os Reszelt sajt Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 296 ZS: 7,2 TZS: 3,8 FH: 8,9 SZH:47,6 CK: 20,6 SÓ: 1,07</p>	<p>Poharas tej Kakaós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 347 ZS: 11,9 TZS: 6,8 FH:12,8 SZH:45,6 CK: 16,6 SÓ: 0,35</p>	<p>Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 187 ZS: 4,4 TZS: 2,6 FH: 7,2 SZH:28 CK: 2,1 SÓ: 1,19</p>	<p>Majonéses tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</p> <p>EN: 197 ZS: 4,7 TZS: 1 FH: 6,7 SZH: 28,5 CK: 1,9 SÓ: 1,01</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>Magyaros gombaleves Dino szelet Zöldborsófőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:516 ZS: 13 TZS: 2,5 FH: 23,1 SZH:70,3 CK:14,3 SÓ: 1,77</p>	<p>Citromos kerti leves Parajos-halás rakott tészta Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,7,9,12</p> <p>EN: 613 ZS: 22,9 TZS: 10,4 FH: 27,4 SZH:72 CK: 18,9 SÓ: 1,28</p>	<p>Gyümölcsleves Hentes sertéstokány Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 708 ZS: 24 TZS: 6,9 FH:22 SZH:99,5 CK: 28,3 SÓ: 1,59</p>	<p>Frankfurti leves Morzsás nudli Fahéjas porcukor</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 806 ZS: 21,5 TZS: 5,9 FH: 20,4 SZH:107,2 CK: 12,4 SÓ: 2,96</p>	<p>Bableves Rántott sajt Párolt rizs Tartármártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10</p> <p>EN: 911 ZS: 37,7 TZS: 9,8 FH: 26,7 SZH: 115,3 CK: 10,1 SÓ: 2,25</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>Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Reszelt sárgarépa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN:233 ZS: 9,2 TZS: 0,2 FH: 7,8 SZH:28,1 CK:0,4 SÓ: 1,32</p>	<p>Húspástétom Teljes kiőrlésű zsemle Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10</p> <p>EN: 263 ZS: 8,8 TZS: 4,8 FH: 12 SZH:30,8 CK: 1,6 SÓ: 0,76</p>	<p>Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 233 ZS: 9,3 TZS: 3,4 FH:8,1 SZH:27,6 CK: 1 SÓ: 1,38</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Zsemle Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 242 ZS: 8,9 TZS: 3,2 FH: 8 SZH:30,5 CK: 0,8 SÓ: 1,24</p>	<p>Fahéjas-almás csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 196 ZS: 4,2 TZS: 1,8 FH: 4,7 SZH: 33,9 CK: 12,5 SÓ: 0,05</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 kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás ételről érdeklődj kiszállást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti ételváltoztatásért előre is elnézéstet 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Szombathely

Általános iskola alsó tagozat kiszállítás

2024. 06. 17.–2024. 06. 23.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Narancslé 100%-os Magyaros sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:269 ZS: 4,1 TZS: 2,3 FH: 6,3 SZH:45,6 CK:19 SÓ: 1,18</p>	<p>Sajtszelet Margarin Félbarna kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 247 ZS: 7,2 TZS: 3,8 FH: 9,5 SZH:35,4 CK: 10,4 SÓ: 1,08</p>	<p>Poharas tej Félhő szelet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 365 ZS: 14,2 TZS: 7,5 FH:10,1 SZH:49,5 CK: 33,2 SÓ: 0,33</p>	<p>Poharas tej Szamóca extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 304 ZS: 8,2 TZS: 4,6 FH: 9,6 SZH:47,5 CK: 22,5 SÓ: 1</p>	<p>Petrezselymes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 194 ZS: 4,5 TZS: 0,9 FH: 6,5 SZH: 28,5 CK: 2 SÓ: 1,04</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>Köménymagleves Leves gyöngy Vadas sertésragu Bulgur Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN:685 ZS: 30,4 TZS: 7,9 FH: 19,9 SZH:74,1 CK:17,5 SÓ: 0,58</p>	<p>Kertészleves Húsgombóc Paradicsommártás Tört burgonya Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 554 ZS: 18,8 TZS: 4,9 FH: 20 SZH:71,9 CK: 21,3 SÓ: 1,57</p>	<p>Zöldségkrémleves Sárgarépa kockával Lilahagymás sajtkrém sertésszelet Párolt rizs Káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9</p> <p>EN: 768 ZS: 25,2 TZS: 9,1 FH:37,2 SZH:94,7 CK: 16,6 SÓ: 2,07</p>	<p>Daragaluska leves Svéd sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,9,12</p> <p>EN: 521 ZS: 14,4 TZS: 3,1 FH: 28,1 SZH:63,7 CK: 1,6 SÓ: 2,59</p>	<p>Hamisgulyás Aranygaluska Vaníliás öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 771 ZS: 18,9 TZS: 3,4 FH: 19,3 SZH: 126,3 CK: 43,1 SÓ: 0,57</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>Füstölt sajtos brokkolikrém Félbarna kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:181 ZS: 4 TZS: 2,4 FH: 7,6 SZH:27,8 CK:1,5 SÓ: 1,09</p>	<p>Olasz felvágott Margarin Zsemle Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 244 ZS: 8,8 TZS: 3,1 FH: 8,6 SZH:30,9 CK: 0,7 SÓ: 1,33</p>	<p>Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 199 ZS: 6,8 TZS: 1,9 FH:7,4 SZH:25,9 CK: 0,5 SÓ: 1,41</p>	<p>Medvehagymás magos rúd Őszibarack</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 238 ZS: 6,4 TZS: 1,6 FH: 6,9 SZH:38,3 CK: 14,1 SÓ: 0,1</p>	<p>Natúr joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 217 ZS: 5,4 TZS: 3,1 FH: 9,1 SZH: 32,2 CK: 6,8 SÓ: 0,53</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 kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűtű; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézést 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.



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Szombathely

Általános iskola alsó tagozat kiszállítás

2024. 06. 24.–2024. 06. 30.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

NYÁRI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

NYÁRI SZÜNET

Allergének:

EN: 0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

NYÁRI SZÜNET

Allergének:

EN: 0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

NYÁRI SZÜNET

Allergének:

EN: 0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

NYÁRI SZÜNET

Allergének:

EN: 0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztyszennyeződéssel 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 kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.