

Szombathely

Általános iskola

2025. 02. 03.–2025. 02. 09.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Poharas tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:303 ZS: 8,2 TZS: 4,6 FH: 9,6 SZH:47,4 CK:21,8 SÓ: 1</p>	<p>Reszelt sajt Margarin Félbarna kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 254 ZS: 8 TZS: 4,6 FH: 9,3 SZH:35,4 CK: 10,4 SÓ: 1,06</p>	<p>Almalé 100%-os Vaníliás túrókrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 312 ZS: 3,5 TZS: 1,9 FH:9,7 SZH:57,5 CK: 26 SÓ: 0,66</p>	<p>Poharas tej Fahéjas kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 335 ZS: 10,8 TZS: 6 FH: 11,8 SZH:48,3 CK: 16,5 SÓ: 0,35</p>	<p>Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 196 ZS: 5,1 TZS: 1,5 FH: 6,9 SZH: 27,1 CK: 1 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>Tarhonyaleves Dino szelet Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:533 ZS: 10,8 TZS: 2,5 FH: 27,6 SZH:74,6 CK:14,2 SÓ: 1,81</p>	<p>Húsgaluska leves Burgonyás tészta Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 566 ZS: 21,9 TZS: 4,7 FH: 20,5 SZH:69 CK: 9,2 SÓ: 2,16</p>	<p>Paradicsomleves Grillfűszeres csirkemell Párolt rizs Fűszeres karotta kukoricával</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10</p> <p>EN: 653 ZS: 20,8 TZS: 3,6 FH:32 SZH:83,7 CK: 20,9 SÓ: 1,24</p>	<p>Tojásleves Sertéshúsgolyó Svéd mártás Áfonyaszósz Tört burgonya</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,10,12</p> <p>EN: 706 ZS: 30,3 TZS: 6,3 FH: 21,1 SZH:88,3 CK: 24,1 SÓ: 3,38</p>	<p>Vöröslencse krémleves Leves gyöngy Rántott sajt Petrezselymes rizs Tartármártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 902 ZS: 39,8 TZS: 11,7 FH: 28,7 SZH: 92,1 CK: 10,6 SÓ: 2,2</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 Félbarna kenyér Reszelt sárgarépa</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:220 ZS: 7,8 TZS: 2,9 FH: 7,9 SZH:29,1 CK:1,4 SÓ: 1,27</p>	<p>Mediterrán tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,6,7,10,12</p> <p>EN: 176 ZS: 2,8 TZS: 1,5 FH: 9,2 SZH:27,1 CK: 1,1 SÓ: 0,91</p>	<p>Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 179 ZS: 3,2 TZS: 0,9 FH:8,7 SZH:27,4 CK: 0,9 SÓ: 1,59</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 262 ZS: 9,1 TZS: 3,3 FH: 7,6 SZH:35,6 CK: 10,3 SÓ: 1,3</p>	<p>Vaníliás ízű habos puding Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 195 ZS: 4,2 TZS: 3,5 FH: 2 SZH: 36 CK: 29,7 SÓ: 0,26</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 étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést 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.

Szombathely

Általános iskola

2025. 02. 10.–2025. 02. 16.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Poharas tej Méz Margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN:312 ZS: 8,2 TZS: 4,6 FH: 9,6 SZH:51,2 CK:26,2 SÓ: 1	Almalé 100%-os Reszelt sajt Margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 302 ZS: 8 TZS: 4,6 FH: 8,7 SZH:47,6 CK: 20,6 SÓ: 1,05	Csemege szalámi Margarin Félbarna kenyér Alma <u>Allergének:</u> 1 EN: 256 ZS: 9,2 TZS: 3,4 FH:7,1 SZH:35,5 CK: 10,5 SÓ: 1,32	Félbarna kenyér Póréhagymás túrókrém Kaliforniai paprika <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 188 ZS: 3,6 TZS: 2,1 FH: 9,5 SZH:28,4 CK: 2,5 SÓ: 0,76	Poharas tej Sajtkrém Félbarna kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 284 ZS: 8 TZS: 4,9 FH: 13,2 SZH: 39,1 CK: 11,2 SÓ: 1,22	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Zellerkrémleves Pirított zsemlekocka Tarhonyás hús Csalamádé Narancs <u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12 EN:626 ZS: 22,8 TZS: 6,3 FH: 24,9 SZH:76,2 CK:18 SÓ: 2,77	Zöldségleves Virslí Majorannás burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 502 ZS: 22,1 TZS: 7,6 FH: 15,8 SZH:55,7 CK: 3,1 SÓ: 2,2	Csirkeraguleves Dejós morzsás nudli Vaníliás öntet <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 811 ZS: 15,3 TZS: 3,1 FH:30,1 SZH:111,6 CK: 27,2 SÓ: 2,61	Fahéjas almaleves Rántott sertésszelet Rizibizi Káposztasaláta <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 808 ZS: 18,1 TZS: 4,5 FH: 34,3 SZH:122,9 CK: 37,7 SÓ: 0,92	Hamisgulyás Tojásropogós Babfőzelék Túró rudi Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12 EN: 764 ZS: 18,4 TZS: 6,6 FH: 31,5 SZH: 111,4 CK: 15,2 SÓ: 1,96	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Vajkrém napraforgómaggal Teljes kiőrlésű kenyér Mandarin <u>Allergének:</u> 1,7 EN:243 ZS: 7,2 TZS: 3,9 FH: 6,1 SZH:35,5 CK:9 SÓ: 0,95	Gépsonka Margarin Zsemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1 EN: 213 ZS: 4,3 TZS: 1,4 FH: 9,3 SZH:32,2 CK: 1,8 SÓ: 1,54	Sertéspárizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Saláta levél <u>Allergének:</u> 1 EN: 216 ZS: 7,9 TZS: 2,9 FH:7,4 SZH:27,4 CK: 0,4 SÓ: 1,24	Teljes kiőrlésű zöldséges pillangó <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 287 ZS: 13,5 TZS: 3,3 FH: 9,2 SZH:31,5 CK: 5,2 SÓ: 0,52	Tengeri sós kukoricasnack Mandarin <u>Allergének:</u> EN: 130 ZS: 0,4 TZS: 0,1 FH: 2,3 SZH: 27 CK: 8,4 SÓ: 0,38	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést 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.

Szombathely

Általános iskola

2025. 02. 17.–2025. 02. 23.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Szamóca extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:193 ZS: 2,6 TZS: 0,8 FH: 3,8 SZH:38,2 CK:12,8 SÓ: 0,73</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>Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 192 ZS: 3,5 TZS: 1,9 FH:10 SZH:28,5 CK: 2,3 SÓ: 0,81</p>	<p>Almalé 100%-os Zöldfűszeres vajkrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 280 ZS: 6,6 TZS: 4,1 FH: 5,2 SZH:48,7 CK: 21,3 SÓ: 0,92</p>	<p>Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 196 ZS: 5,1 TZS: 1,5 FH: 6,9 SZH: 27,1 CK: 1 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>Eperkrémleves Mexikói sertésragu Bulgur</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:646 ZS: 21,5 TZS: 5,6 FH: 20,7 SZH:83,8 CK:29,8 SÓ: 0,44</p>	<p>Csontleves Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 636 ZS: 23,3 TZS: 6,1 FH: 25,3 SZH:77,2 CK: 20,8 SÓ: 2,03</p>	<p>Bableves füstölt hússal Mákos metélt Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,9</p> <p>EN: 667 ZS: 21,7 TZS: 3,2 FH:26 SZH:95,8 CK: 18,7 SÓ: 1,72</p>	<p>Zöldségkrémleves Leves gyöngy Rántott halfilé Köles Káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9</p> <p>EN: 696 ZS: 16,4 TZS: 3,8 FH: 25,7 SZH:106,9 CK: 13,7 SÓ: 1,91</p>	<p>Daragaluska leves Vegetáriánus zöldséggolyó Burgonyapüré Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 486 ZS: 18,8 TZS: 3,5 FH: 17,7 SZH: 55 CK: 7,7 SÓ: 2,84</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 kifli Újhagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:207 ZS: 7,9 TZS: 2,8 FH: 8 SZH:24,3 CK:1,1 SÓ: 1,11</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Félbarna kenyér Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 216 ZS: 9,2 TZS: 3,4 FH: 6,8 SZH:26,1 CK: 0,7 SÓ: 1,32</p>	<p>Sajtos pogácsa Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 321 ZS: 12 TZS: 4,9 FH:11,1 SZH:40,6 CK: 12,2 SÓ: 0,76</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 185 ZS: 3,9 TZS: 1,2 FH: 8,7 SZH:27,7 CK: 0,5 SÓ: 1,35</p>	<p>Barackos joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 266 ZS: 2 TZS: 0,8 FH: 7,8 SZH: 52,8 CK: 24,9 SÓ: 0,63</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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést 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

2025. 02. 24.–2025. 03. 02.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:194 ZS: 4,5 TZS: 1,5 FH: 8,7 SZH:28 CK:1,5 SÓ: 1,59</p>	<p>Házi epres túrókrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 227 ZS: 2,7 TZS: 1,4 FH: 9,1 SZH:39,3 CK: 10,3 SÓ: 0,66</p>	<p>Almalé 100%-os Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 303 ZS: 7,7 TZS: 2,8 FH: 7,7 SZH:48,2 CK: 20,4 SÓ: 1,26</p>	<p>Poharas tej Sajtszelet Margarin Félbarna kenyér Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 316 ZS: 12,9 TZS: 7,8 FH: 14,9 SZH:35,1 CK: 9,8 SÓ: 1,36</p>	<p>Majonézes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</p> <p>EN: 207 ZS: 5,7 TZS: 1,2 FH: 6,7 SZH: 28,3 CK: 2 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>Zöldségleves Csirkemell nuggets Zöldbabfőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN:421 ZS: 15,6 TZS: 3,1 FH: 18,8 SZH:50,5 CK:5,2 SÓ: 1,94</p>	<p>Édes gyökekrémleves Leves gyöngy Bolognai sertésragu Teljes kiőrlésű spagetti Sajt szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 732 ZS: 31,8 TZS: 11,4 FH: 33,4 SZH:73 CK: 12,8 SÓ: 0,83</p>	<p>Tyúkerőleves Svéd sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9</p> <p>EN: 682 ZS: 26,1 TZS: 4,8 FH:38,6 SZH:64,8 CK: 2,4 SÓ: 2,31</p>	<p>Meggyleves Rántott csirkemell Petrezselymes burgonya Vitaminaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 689 ZS: 8,8 TZS: 1,6 FH: 33,8 SZH:114 CK: 35 SÓ: 0,92</p>	<p>Lebbencsleves Túrótöltelkes gombóc Porcukor szórat Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 740 ZS: 12,1 TZS: 1,6 FH: 17,4 SZH: 137,2 CK: 26 SÓ: 1,9</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>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>Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 174 ZS: 3,2 TZS: 0,9 FH: 8,6 SZH:26,5 CK: 0,4 SÓ: 1,6</p>	<p>Húspástétom Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10</p> <p>EN: 257 ZS: 8,9 TZS: 4,9 FH:12 SZH:29,9 CK: 2,3 SÓ: 0,81</p>	<p>Teljes kiőrlésű vasi tekercs Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 420 ZS: 17,3 TZS: 4,5 FH: 11,5 SZH:54,3 CK: 11,3 SÓ: 0,67</p>	<p>Kefir Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 223 ZS: 5,4 TZS: 3,4 FH: 8,9 SZH: 33,1 CK: 7,4 SÓ: 0,68</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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést 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 HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.