

Kímélő ÉTLAP

HUNGAST

Budapest - Zugló

2019. Február 01. – 03.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
TÍZÓRAI	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Tea</p> <p>Mini margarin</p> <p>Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p>Sárgarépa hasáb</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 386</p> <p>ZS: 12,2 TZS: 8,2 FH: 13,8</p> <p>SZH: 53,3 CK: 22,7 SÓ: 1,1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>
EBÉD	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Csontleves gazdagon</p> <p>Grillezett csirkemell filé</p> <p>Bulgur</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójabab, tej, tojás</p> <p>EN: 741</p> <p>ZS: 23,9 TZS: 1,3 FH: 21,7</p> <p>SZH: 04,8 CK: 8,8 SÓ: 2,2</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>
UZSONNA	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 173</p> <p>ZS: 13 TZS: 3,4 FH: 7,5</p> <p>SZH: 27,8 CK: 0 SÓ: 1,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:</p> <p>ZS: TZS: FH:</p> <p>SZH: CK: SÓ:</p>

A szükség szerinti étlap változásért 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)

TM: Tejmentes

Kímélő ÉTLAP

HUNGAST

Budapest - Zugló

2019. Február 04. – 10.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tea Paprikás szalámi Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 373 ZS: 6,8 TZS: 5 FH: 13,4 SZH: 63,2 CK: 33,5 SÓ: 1,2</p>	<p>Tea Soproni felvágott Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 365 ZS: 14,1 TZS: 7,4 FH: 13 SZH: 44,8 CK: 9,6 SÓ: 2,2</p>	<p>Tea Kapros citromos ton- halkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, hal, szójabab</p> <p>EN: 223 ZS: 3,7 TZS: 1,7 FH: 9 SZH: 37,8 CK: 11,4 SÓ: 1,2</p>	<p>Tea Kalács</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 380 ZS: 7,9 TZS: 4,3 FH: 14,4 SZH: 67,1 CK: 50,8 SÓ: 0,8</p>	<p>Tea Petrezselymes tojás- krém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tojás</p> <p>EN: 346 ZS: 11,6 TZS: 6 FH: 19 SZH: 39,7 CK: 12,5 SÓ: 1,7</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>Vajas galuska leves Sertéspörkölt Sárgarépa főzelék TM Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, tej, tojás</p> <p>EN: 850 ZS: 27,4 TZS: 7 FH: 24,9 SZH: 20,2 CK: 11,9 SÓ: 3,9</p>	<p>Almaleves TM Gombás csirkeragu Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> glutén</p> <p>EN: 702 ZS: 22,6 TZS: 1,4 FH: 20,5 SZH: 99,3 CK: 13,3 SÓ: 3</p>	<p>Gulyásleves sertéshúsból Almaszósz TM Darás metélt Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, szezámmag, soja- bab, tojás</p> <p>EN: 850 ZS: 25,6 TZS: 5,1 FH: 24,9 SZH: 24,4 CK: 19,8 SÓ: 2,2</p>	<p>Kímélő vegyes zöld- ségleves Sertésvagdalt Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, tojás</p> <p>EN: 707 ZS: 22,8 TZS: 6,7 FH: 20,7 SZH: 100 CK: 5,5 SÓ: 4</p>	<p>Karalábéleves Natúr sertés szelet Petrezselymes burgo- nya</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, kén-dioxid, tojás</p> <p>EN: 838 ZS: 47,9 TZS: 3,4 FH: 20,1 SZH: 75,7 CK: 3 SÓ: 3,7</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>Kockasajt Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tej</p> <p>EN: 152 ZS: 1,2 TZS: 0,4 FH: 4,6 SZH: 30 CK: 0,2 SÓ: 0,6</p>	<p>Sajt szelet Mini margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tej, tojás</p> <p>EN: 264 ZS: 10,9 TZS: 8 FH: 12,7 SZH: 29,5 CK: 0 SÓ: 1,4</p>	<p>Csemege szalámi Mini margarin Zsemle Sárgarépa karika</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 227 ZS: 7,3 TZS: 2,8 FH: 6,6 SZH: 32 CK: 0,8 SÓ: 0,8</p>	<p>Zala felvágott Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 258 ZS: 8,4 TZS: 4,8 FH: 10 SZH: 34,7 CK: 0,3 SÓ: 1,8</p>	<p>Natúr joghurt Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tej</p> <p>EN: 229 ZS: 16,6 TZS: 3,8 FH: 7 SZH: 38 CK: 2,7 SÓ: 1,2</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>

A szükség szerinti étlap változásért 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)

TM: Tejmentes

Kímélő ÉTLAP

HUNGAST

Budapest - Zugló

2019. Február 11. – 17.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tea Mini dzsem Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 421 ZS: 14,7 TZS: 5,2 FH: 13,9 SZH: 57,2 CK: 30,2 SÓ: 1,2</p>	<p>Tea Petrezselymes túró Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tej</p> <p>EN: 271 ZS: 6,6 TZS: 2,2 FH: 6,9 SZH: 44,7 CK: 11,2 SÓ: 1,4</p>	<p>Tea Tavaszi felvágott Mini margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 424 ZS: 16,3 TZS: 5,3 FH: 15,4 SZH: 52,4 CK: 9,6 SÓ: 2,3</p>	<p>Tea Fonott kalács</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 345 ZS: 8,2 TZS: 4,3 FH: 14,7 SZH: 57,6 CK: 40,8 SÓ: 0,8</p>	<p>Tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tojás</p> <p>EN: 297 ZS: 11 TZS: 1,6 FH: 9 SZH: 39,9 CK: 10,8 SÓ: 1,6</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>Karfiolleves Sertéspörkölt Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, tojás</p> <p>EN: 843 ZS: 27,2 TZS: 5,7 FH: 24,7 SZH: 19,3 CK: 18,9 SÓ: 2,1</p>	<p>Tojásleves Szárnyas vagdalt Burgonyafőzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, tojás</p> <p>EN: 708 ZS: 27 TZS: 2,4 FH: 29,1 SZH: 78,6 CK: 1,1 SÓ: 2,5</p>	<p>Bakonyi betyárleves sertéshússal TM Fahéj szórát Rizspuding TM Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, szezámmag, szója- bab, tojás</p> <p>EN: 841 ZS: 22,9 TZS: 5,2 FH: 24,3 SZH: 31,5 CK: 41,8 SÓ: 2,5</p>	<p>Magyaros zellerleves Fokhagymás sertés aprópecsenye Sárgarépas karalá- béfőzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tojás</p> <p>EN: 720 ZS: 41,6 TZS: 6,7 FH: 25,4 SZH: 55,9 CK: 6,2 SÓ: 3,1</p>	<p>Daragaluskaleves Tonhalas penne</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, hal, tojás, szójabab</p> <p>EN: 818 ZS: 44,2 TZS: 4,4 FH: 12 SZH: 89,8 CK: 12 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>Csemege szalámi Mini margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 226 ZS: 7,4 TZS: 3,2 FH: 8,4 SZH: 32,4 CK: 0,8 SÓ: 1,3</p>	<p>Csirkemell sonka Mini margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 193 ZS: 3,8 TZS: 3 FH: 9,1 SZH: 29,9 CK: 0,3 SÓ: 1,4</p>	<p>Tavaszi felvágott Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa karika</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 195 ZS: 5,8 TZS: 3,2 FH: 6,3 SZH: 29 CK: 2,5 SÓ: 1,4</p>	<p>Olasz felvágott Mini margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag</p> <p>EN: 267 ZS: 12 TZS: 5 FH: 8,8 SZH: 30 CK: 0,1 SÓ: 1,8</p>	<p>Kockasajt Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tej</p> <p>EN: 269 ZS: 14,2 TZS: 2 FH: 7,8 SZH: 50,6 CK: 15,6 SÓ: 1,1</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>

A szükség szerinti étlap változásért 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)

TM: Tejmentes

Kímélő ÉTLAP

HUNGAST

Budapest - Zugló

2019. Február 18. – 24.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tea Fahéjas csiga</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, glutén, szeszámag, szójabab, tej, tojás</p> <p>EN: 330 ZS: 13,8 TZS: 7,7 FH: 11 SZH: CK: 20,6 SÓ: 0,8 39,7</p>	<p>Tea Körözött Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, szeszámag</p> <p>EN: 298 ZS: 8,9 TZS: 3,9 FH: 7,3 SZH: CK: 12 SÓ: 1,6 45,1</p>	<p>Tea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 404 ZS: 19,3 TZS: 3,8 FH: 13,9 SZH: CK: 13,7 SÓ: 2,2 42,4</p>	<p>Tea Briós</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, szójabab, tej, tojás, szeszámag</p> <p>EN: 314 ZS: 7,2 TZS: 2,9 FH: 12,3 SZH: CK: 25,1 SÓ: 0,7 48,3</p>	<p>Tea Főtt tojás Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa hasáb</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tojás</p> <p>EN: 339 ZS: 9,7 TZS: 4,8 FH: 14,7 SZH: CK: 9,6 SÓ: 1,5 46,6</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>Csontleves Csirkepörkölt Sárgarépa főzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tojás</p> <p>EN: 841 ZS: 27,1 TZS: 0,7 FH: 24,6 SZH: 119 CK: 19,1 SÓ: 2,4</p>	<p>Köménymag leves kenyérkockával Szárnyas rizses hús</p> <p><u>Allergének:</u> glutén</p> <p>EN: 721 ZS: 23,3 TZS: 0,7 FH: 21,1 SZH: 102 CK: 3,9 SÓ: 1,7</p>	<p>Majorannás májgombóc leves Almaszósz TM Darás metélt</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, tojás</p> <p>EN: 791 ZS: 13,6 TZS: 1,2 FH: 31,9 SZH: 33,2 CK: 14,3 SÓ: 2,8</p>	<p>Reszelt tésztaleves Sárgarépás csirkeragu Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, tojás</p> <p>EN: 788 ZS: 21,9 TZS: 4 FH: 35,4 SZH: 108 CK: 21,8 SÓ: 1,8</p>	<p>Zeller krémleves kenyérkockával TM Parasztos sertéssült Tört burgonya</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, zeller</p> <p>EN: 692 ZS: 22,3 TZS: 1,1 FH: 20,3 SZH: 97,9 CK: 1,2 SÓ: 1,2</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>Kockasajt Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tej</p> <p>EN: 233 ZS: 7,2 TZS: 3,9 FH: 6,2 SZH: 32,6 CK: 2,3 SÓ: 0,8</p>	<p>Sajt szelet Mini margarin Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tej, tojás</p> <p>EN: 281 ZS: 11,1 TZS: 8,2 FH: 14 SZH: 32,2 CK: 0,7 SÓ: 1,4</p>	<p>Gépsonka Mini margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 190 ZS: 4,6 TZS: 2,9 FH: 9,3 SZH: CK: 0,3 SÓ: 1,4</p>	<p>Sertés párizsi Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 235 ZS: 8,8 TZS: 5,1 FH: 9,7 SZH: 30,3 CK: 1,3 SÓ: 1,5</p>	<p>Natúr joghurt Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tej</p> <p>EN: 269 ZS: 14,2 TZS: 2 FH: 7,8 SZH: 50,6 CK: 15,6 SÓ: 1,1</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>

A szükség szerinti étlap változásért 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)

TM: Tejmentes

Kímélő ÉTLAP

HUNGAST

Budapest - Zugló

2019. Február 25. – 28.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tea Mini dzsem Mini margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag</p> <p>EN: 276 ZS: 5,5 TZS: 2,6 FH: 11 SZH: 44,3 CK: 26 SÓ: 0,5</p>	<p>Tea Zala felvágott Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 332 ZS: 7,6 TZS: 4,2 FH: 12,2 SZH: 53,1 CK: 9,6 SÓ: 1,8</p>	<p>Tea Metéőhagymás tojás-krém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 364 ZS: 21,9 TZS: 2,9 FH: 12,1 SZH: 54,6 CK: 9,6 SÓ: 1,8</p>	<p>Tea Fatörzs kifli</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 364 ZS: 7,2 TZS: 4 FH: 11,9 SZH: 61,8 CK: 36,2 SÓ: 0,8</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	<p>Lebbencsleves Sertéspörkölt Tökfőzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, tojás</p> <p>EN: 824 ZS: 26,6 TZS: 7,5 FH: 24,1 SZH: 16,6 CK: 18,8 SÓ: 3</p>	<p>Karfiolleves Reszelt sajt Bolognai spagetti paradicsommentes</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, tej, tojás</p> <p>EN: 810 ZS: 37,6 TZS: 6,8 FH: 30,4 SZH: 79,4 CK: 7,9 SÓ: 3,2</p>	<p>Magyaros gombaleves Szárnyas roló Karatőbőfőzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tojás</p> <p>EN: 706 ZS: 22,8 TZS: 2,5 FH: 20,7 SZH: 100 CK: 5,4 SÓ: 2</p>	<p>Kerti leves Csirkeragu Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, tojás</p> <p>EN: 824 ZS: 31,4 TZS: 2,3 FH: 29,2 SZH: 99,6 CK: 13,9 SÓ: 3,4</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>Mátrai diákcsemege Mini margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 224 ZS: 7,5 TZS: 3,2 FH: 7,8 SZH: 30,6 CK: 0 SÓ: 1,3</p>	<p>Zala felvágott Mini margarin Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 240 ZS: 8 TZS: 4,9 FH: 9,6 SZH: 32,1 CK: 1 SÓ: 1,3</p>	<p>Paprikás szalámi Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 265 ZS: 9,8 TZS: 5 FH: 9,5 SZH: 33,1 CK: 0 SÓ: 1,9</p>	<p>Trappista sajt Mini margarin Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tej, tojás</p> <p>EN: 286 ZS: 11,3 TZS: 8,2 FH: 14,9 SZH: 34,5 CK: 1,5 SÓ: 1,5</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>

A szükség szerinti étlap változásért 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)

TM: Tejmentes