

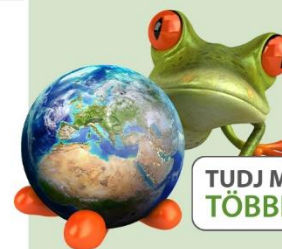
Bakony Gaszt

Óvoda

2024.12.02.–2024.12.08.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,7 EN:283 ZS: 5,6    TZS: 2,8    FH: 10,4 SZH:47,6    CK:22    SÓ: 0,93	Gyümölcsstea Mediterrán tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,4,6,7,10,12 EN: 188 ZS: 2    TZS: 1    FH: 7,2 SZH:33,6    CK: 8,3    SÓ: 0,83	Gyümölcsstea Vaníliás túrókrém Zsemle  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 232 ZS: 2,7    TZS: 1,4    FH:8,4 SZH:41,4    CK: 12,1    SÓ: 0,66	Karamellás tej Fahéjas csiga  <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 353 ZS: 11,5    TZS: 6,3    FH: 8,1 SZH:51,2    CK: 32,7    SÓ: 0,51	Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom  <u>Allergének:</u> 1,3 EN: 214 ZS: 4,6    TZS: 1,4    FH: 6,2 SZH: 33,9    CK: 7,8    SÓ: 0,84	Gyümölcsstea Magyaros vajkrém Zsemle Kígyóuborka  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 224 ZS: 4,5    TZS: 2,6    FH: 5,5 SZH: 38,2    CK: 8,9    SÓ:0,83	<u>Allergének:</u> EN:    TZS:    FH: ZS:    CK:    SÓ:
EBÉD	Tarhonyaleves Dino szelet Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN:458 ZS: 10,1    TZS: 2,1    FH: 24 SZH:62,1    CK:11,4    SÓ: 1,6	Húsgaluska leves Burgonyás tészta Cékla savanyúság  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12 EN: 459 ZS: 17,9    TZS: 3,9    FH: 16,8 SZH:55,7    CK: 7,6    SÓ: 1,78	Paradicsomleves Grillfűszeres csirkemell Párolt rizs Fűszeres karotta kukoricával  <u>Allergének:</u> 1,3,9,10 EN: 532 ZS: 16,9    TZS: 2,9    FH:25,4 SZH:69    CK: 16,8    SÓ: 0,99	Tojásleves Sertéshúsgolyó Svéd mártás Áfonyaszósz Tört burgonya Alma  <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,10,12 EN: 584 ZS: 23,7    TZS: 5,1    FH: 17 SZH:75,8    CK: 24    SÓ: 2,71	Brokkolikrémleves Levesgyöngy Rántott sajtgolyó Petrezselymes rizs Tartármártás Mikulás desszert  <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,10 EN: 696 ZS: 35,3    TZS: 13,4    FH: 12,3 SZH: 80,2    CK: 18    SÓ: 3,43	Cékla almale 100%-os Paradicsomos tonhalas penne Sajt szórat  <u>Allergének:</u> 1,4,6,7 EN: 511 ZS: 13,5    TZS: 4,9    FH: 26,5 SZH: 70,5    CK: 28,2    SÓ: 0,96	<u>Allergének:</u> EN:    TZS:    FH: ZS:    CK:    SÓ:
UZSONNA	Kenőmájás Kifli Kígyóuborka  <u>Allergének:</u> 1,7 EN:193 ZS: 5,7    TZS: 2    FH: 7,1 SZH:27,7    CK:1,6    SÓ: 0,87	Sajt szelet Margarin Zsemle Jégcsapretek  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 238 ZS: 7,9    TZS: 4,4    FH: 9,6 SZH:30,2    CK: 0,6    SÓ: 1,08	Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika  <u>Allergének:</u> 1 EN: 168 ZS: 3    TZS: 0,9    FH:7 SZH:26,8    CK: 0,7    SÓ: 1,32	Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek  <u>Allergének:</u> 1 EN: 198 ZS: 6,9    TZS: 2,5    FH: 6,2 SZH:26,1    CK: 0,5    SÓ: 1,16	Habos puding Mandarin  <u>Allergének:</u> 7 EN: 204 ZS: 4,2    TZS: 2,8    FH: 2,7 SZH: 37,2    CK: 30,8    SÓ: 0,12	Kockasajt Teljes kiőrlésű kifli  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 178 ZS: 6,4    TZS: 3,9    FH: 6,5 SZH: 22    CK: 1,3    SÓ: 1,23	<u>Allergének:</u> EN:    TZS:    FH: ZS:    CK:    SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztstszennyeződéssel 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. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért 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) \*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉNTEK  
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Bakony Gaszt

Óvoda

2024.12.09.–2024.12.15.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Dzsungel gabonapehely</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:165 ZS: 3,4    TZS: 2,1    FH: 8,1 SZH:25,2    CK:15,2    SÓ: 0,36</p>	<p>Gyümölcsstea Gépsonka Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 222 ZS: 3,6    TZS: 1,1    FH: 7,4 SZH:37,9    CK: 8,5    SÓ: 1,27</p>	<p>Tejbedara Kakaós szórát</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 219 ZS: 5,7    TZS: 3,8    FH:7,2 SZH:34,4    CK: 23,1    SÓ: 0,38</p>	<p>Gyümölcsstea Póréhagymás túrókrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 220 ZS: 2,7    TZS: 1,4    FH: 8,4 SZH:38,2    CK: 9,1    SÓ: 0,73</p>	<p>Gyümölcsstea Petrezselymes uborkás tojáskrém Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 204 ZS: 3,8    TZS: 0,8    FH: 5,5 SZH: 34,9    CK: 9,1    SÓ: 0,88</p>	<p>Tej Mézes margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 351 ZS: 13,3    TZS: 6,6    FH: 11 SZH: 46,2    CK: 17    SÓ:0,9</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:</p>
EBÉD	<p>Sajtkrémleves Pirított zsemlekocka Tarhonyás hús Csalamádé Narancs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN:485 ZS: 19,2    TZS: 5,7    FH: 18,8 SZH:57,2    CK:13,5    SÓ: 4,09</p>	<p>Zöldségleves Virsli Majorannás burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 439 ZS: 20,8    TZS: 7,2    FH: 14,2 SZH:45,3    CK: 2,7    SÓ: 2,03</p>	<p>Gyümölcsleves Rántott sertésszelet Rizibizi Káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 657 ZS: 14,9    TZS: 4    FH:28,6 SZH:99    CK: 30,3    SÓ: 0,8</p>	<p>Csirkeraguleves Morzsás nudli Gyümölcsöntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 570 ZS: 8    TZS: 0,8    FH: 21,5 SZH:81,8    CK: 8,8    SÓ: 2,04</p>	<p>Hamisgulyás Vegetáriánus chilis bab Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 339 ZS: 4,5    TZS: 0,6    FH: 19,2 SZH: 53,9    CK: 5,5    SÓ: 0,92</p>	<p>Bodzás almalé 100%-os Bácskai rizseshús Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 10,12</p> <p>EN: 498 ZS: 19,5    TZS: 5,5    FH: 14,5 SZH: 64,7    CK: 26,5    SÓ: 1,29</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:</p>
UZSONNA	<p>Vajkrém napraforgómaggal Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:180 ZS: 5    TZS: 2,6    FH: 5,1 SZH:26,9    CK:0,8    SÓ: 0,9</p>	<p>Reszelt sajt Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 216 ZS: 8    TZS: 4,6    FH: 9 SZH:26,5    CK: 0,9    SÓ: 1,05</p>	<p>Sertés párizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 194 ZS: 6,1    TZS: 2,2    FH:6,2 SZH:27,1    CK: 0,4    SÓ: 1,05</p>	<p>Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 192 ZS: 6    TZS: 2,1    FH: 6,6 SZH:26,3    CK: 0,4    SÓ: 1,1</p>	<p>Sajtos ízű kukoricacsnaack Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 125 ZS: 2,3    TZS: 0,3    FH: 2 SZH: 23    CK: 7,9    SÓ: 0,23</p>	<p>Sajtos rúd Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 232 ZS: 8,5    TZS: 4,4    FH: 4,2 SZH: 33    CK: 9,1    SÓ: 1,05</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 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. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti ételváltoztatásért 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) \*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

A HÜSMENTES PÉNTEK  
fenntarthatósági program a

szakmai ajánlásával jött létre.

Bakony Gaszt

Óvoda

2024.12.16.–2024.12.22.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	Tejeskávé Margarin Foszlós kalács  <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:333 ZS: 10,2    TZS: 4,7    FH: 10,3 SZH:47,1    CK:25,4    SÓ: 0,81	Gyümölcsstea Csemege szalámi Margarin Zsemle Zöldpaprika  <u>Allergének:</u> 1 EN: 250 ZS: 6,9    TZS: 2,3    FH: 6,6 SZH:38,2    CK: 8,5    SÓ: 1,12	Gyümölcsstea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 200 ZS: 2,7    TZS: 1,4    FH:8,1 SZH:34,1    CK: 8,8    SÓ: 0,78	Tej Szamóca extra dzsem Margarin Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 283 ZS: 5,6    TZS: 2,8    FH: 10,4 SZH:47,6    CK: 22,2    SÓ: 0,93	Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom  <u>Allergének:</u> 1,3 EN: 214 ZS: 4,6    TZS: 1,4    FH: 6,2 SZH: 33,9    CK: 7,8    SÓ: 0,84	<u>Allergének:</u> EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:
<b>EBÉD</b>	Eperkrémleves Borsos sertéstokány Bulgur Csemegeuborka  <u>Allergének:</u> 1,7,10,12 EN:534 ZS: 18,6    TZS: 5,5    FH: 16,5 SZH:68,4    CK:26,7    SÓ: 1,42	Zöldborsóleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN: 504 ZS: 16,2    TZS: 3,9    FH: 17,7 SZH:67,3    CK: 21,4    SÓ: 1,31	Gulyásleves Mákos tészta Alma Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN: 591 ZS: 19,1    TZS: 4    FH:20,1 SZH:82,4    CK: 21,5    SÓ: 0,53	Daragaluska leves Sertésfasírt Zöldbabfőzelék Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 327 ZS: 12,9    TZS: 4,2    FH: 14,8 SZH:37,2    CK: 3,9    SÓ: 1,21	Zöldségkrémleves Levesgyöngy Panírozott halrúd Petrezselymes rizs Coleslaw saláta Szaloncukor  <u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9,10,12 EN: 690 ZS: 26,8    TZS: 5,6    FH: 19,4 SZH: 90,1    CK: 18,9    SÓ: 2,11	<u>Allergének:</u> EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:
<b>UZSONNA</b>	Kenőmájás Teljes kiőrlésű kifli Zöldpaprika  <u>Allergének:</u> 1 EN:172 ZS: 5,5    TZS: 1,9    FH: 6,6 SZH:22,4    CK:1,2    SÓ: 0,94	Sajtkrém Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 151 ZS: 1,8    TZS: 0,8    FH: 5,9 SZH:27,5    CK: 1,2    SÓ: 0,85	Sajtszelet Margarin Zsemle Kígyóuborka  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 237 ZS: 7,9    TZS: 4,4    FH:9,6 SZH:30,1    CK: 0,6    SÓ: 1,05	Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Jégcsapretek  <u>Allergének:</u> 1 EN: 174 ZS: 3,4    TZS: 1    FH: 7,1 SZH:27,4    CK: 0,4    SÓ: 1,16	Barackos joghurt Kifli  <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 266 ZS: 2    TZS: 0,8    FH: 7,8 SZH: 52,8    CK: 24,9    SÓ: 0,63	<u>Allergének:</u> EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért 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) \*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A **HÜSMENTES PÉNTEK**  
fenntarthatósági program a

**Magyar Természetvédők Szövetsége**  
Föld Barátai Magyarország

szakmai ajánlásával jött létre.

# ÉTLAP

**HUNGAST**  
Kérlek még!

Bakony Gaszt

Óvoda

2024.12.23.–2024.12.29.

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

TÉLI SZÜNET

Allergének:

EN:0  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN: 0  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN: 0  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN: 0  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

TÉLI 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 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást 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.



# ÉTLAP

**HUNGAST**  
Kérlek még!

Bakony Gaszt

Óvoda

2024.12.30.–2025.01.05.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI				Tejeskávé Fatörzs kifli	Gyümölcstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek		
	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
	EN: ZS: TZS: SZH:	EN: ZS: TZS: SZH:	EN: ZS: TZS: SZH:	EN: 309 ZS: 6,5 TZS: 3,5 SZH: 48,8	EN: 212 ZS: 4,6 TZS: 1,4 SZH: 33,5	EN: ZS: TZS: SZH:	EN: ZS: TZS: SZH:
	CK: SÓ:	CK: SÓ:	CK: SÓ:	CK: 23,4 SÓ: 0,63	CK: 7,8 SÓ: 0,88	CK: SÓ:	CK: SÓ:
EBÉD	TÉLI SZÜNET	TÉLI SZÜNET	ÜNNEPNAP	Zöldborsóleves Vadas csirkeragu Makaróni tészta Mandarin	Brokkolikrémleves Levesgyöngy Rántott sajt Pritaminos rizs Tartármártás		
	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
	EN:0 ZS: TZS: SZH:	EN: 0 ZS: TZS: SZH:	EN: 0 ZS: TZS: SZH:	EN: 459 ZS: 13,2 TZS: 2,7 SZH: 61	EN: 638 ZS: 32,4 TZS: 11 SZH: 69,9	EN: ZS: TZS: SZH:	EN: ZS: TZS: SZH:
	CK: SÓ:	CK: SÓ:	CK: SÓ:	CK: 16,4 SÓ: 0,73	CK: 13,6 SÓ: 3,53	CK: SÓ:	CK: SÓ:
UZSONNA				Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Kockasajt Kifli		
	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
	EN: ZS: TZS: SZH:	EN: ZS: TZS: SZH:	EN: ZS: TZS: SZH:	EN: 201 ZS: 7 TZS: 2,5 SZH: 26,6	EN: 203 ZS: 6,6 TZS: 4 SZH: 27,9	EN: ZS: TZS: SZH:	EN: ZS: TZS: SZH:
	CK: SÓ:	CK: SÓ:	CK: SÓ:	CK: 0,8 SÓ: 1,12	CK: 2,1 SÓ: 1,15	CK: SÓ:	CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért 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) \*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A **HÜSMENTES PÉNTEK**  
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.