

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Budapest

Gluténmentes étrend - Középiskola

2022.05.30.–2022.06.05.

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

Zöldborsóleves
Rozsdás mártás
Sült sertés szelet
Tört burgonya AM
Csalamádé édesítőszerrel

Allergének:
10,12

EN:782
ZS: 41,3 TZS: 9,3 FH: 32,8
SZH:63,4 CK:0,8 SÓ: 3,1

Lebbencsleves
Székelykáposzta
Kenyér

Allergének:
10,12

EN: 577
ZS: 24,3 TZS: 8,1 FH: 18,8
SZH:66,1 CK: 5,2 SÓ: 5,4

Bakonyi betyárleves sertéshúss
Darás metélt
Barackvelő

Allergének:
10

EN: 749
ZS: 25,8 TZS: 5,3 FH:16
SZH:111,4 CK: 15,1 SÓ: 0,3

Málgombóc leves
Főtt tojás
Parajmártás
Főtt burgonya fél adag

Allergének:
3,10,12

EN: 610
ZS: 26,3 TZS: 5,1 FH: 21,9
SZH:61,6 CK: 7,4 SÓ: 0,6

Eszterházy krémleves
Sertés paella
Csemege uborka édesítőszerrel

Allergének:
10,12

EN: 718
ZS: 26,9 TZS: 3 FH: 28,8
SZH: 85,5 CK: 3,2 SÓ: 4

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:

Allergénjelölés magyarázata: 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 érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! A szükség szerinti ételváltoztatásért 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.