

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

SZOMBATHELY

Iskola gluténmentes diéta

2019.06.10.–2019.06.16.

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

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Tyúk erőleves
Sült párizsi
Tökfőzelék
Gluténmentes kenyér

Allergének:
6,7,9

EN: 715
ZS: 38,2 TZS: 9,4 FH: 24,8
SZH: 69,6 CK: 6,1 SÓ: 3,3

Tárkonyos zöldségleves
Bolognai sertésragu
Spagetti
Reszelt sajt

Allergének:
6,7,9

EN: 707
ZS: 28,7 TZS: 9,3 FH: 26,9
SZH: 81,9 CK: 7,2 SÓ: 2,4

Babgulyás
Piskótakocka csokoládés
pudinggal

Allergének:
3,6,7,9

EN: 717
ZS: 25,7 TZS: 5,8 FH: 31,8
SZH: 88,7 CK: 46,0 SÓ: 1,9

Paradicsomleves
Zellercsík
Rántott csirkemell filé
Kukoricás rizs
Házi vegyes saláta

Allergének:
3,9

EN: 768
ZS: 15,7 TZS: 2,0 FH: 35,8
SZH: 116,2 CK: 17,1 SÓ: 1,2

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. Csillagfűrt; 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.

