

Budapest

Normál A menü BKSZC Weiss Manfréd Techn.  
és Koll. Középiskola

2023. 01. 30.–2023. 02. 05.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tej Margarin Kifli Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong <u>Allergének:</u> 1,7 EN:1080 ZS: 24 TZS: 11,7 FH: 32,8 SZH:171,2 CK:16,4 SÓ: 4,9	Gyümölcsstea Padlizsánkrém Félbarna kenyér Trappista sajt Margarin Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12 EN: 475 ZS: 16 TZS: 6,7 FH: 15 SZH:65 CK: 10,4 SÓ: 2,7	Gyümölcsstea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Olasz felvágott Margarin Zsemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 800 ZS: 17,9 TZS: 7 FH:28,7 SZH:123,7 CK: 11,4 SÓ: 3,8	Kakaós tej Margarin Kifli Sertés párizsi Sertés párizsi Félbarna kenyér Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 958 ZS: 28,1 TZS: 11,1 FH: 32,8 SZH:135,3 CK: 29,8 SÓ: 5,1	Gyümölcsstea Petrezselymes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kockasajt Kifli <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12 EN: 794 ZS: 21,7 TZS: 9,6 FH: 24,6 SZH: 118,2 CK: 15,9 SÓ: 4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Bableves füstölt hússal Tejberizs Kakaós szórat <u>Allergének:</u> 1,7,9 EN:718 ZS: 18,1 TZS: 5,1 FH: 31,7 SZH:109,3 CK:37,9 SÓ: 2,1	Csontleves Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 674 ZS: 26,4 TZS: 9,7 FH: 27,6 SZH:74,9 CK: 4,5 SÓ: 5,1	Zöldborsóleves Burgonyafőzelék Sertésvagdalt Körte <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 812 ZS: 32,3 TZS: 8,2 FH:28,6 SZH:93,6 CK: 21 SÓ: 2,7	Pikáns karfiolkrémleves Leves gyöngy Édes-savanyú csirkecsikok Jázmín rizs <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,12 EN: 408 ZS: 13,4 TZS: 5,3 FH: 24,8 SZH:45,1 CK: 22 SÓ: 1,8	Gyümölcsleves Húsos rakott penne Alma <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 809 ZS: 27,6 TZS: 9,2 FH: 29,7 SZH: 108,2 CK: 49,4 SÓ: 0,5	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Sajtós csirkeragu Párolt rizs Körte <u>Allergének:</u> 1,7 EN:692 ZS: 19,3 TZS: 5,2 FH: 31,7 SZH:95,9 CK:21,9 SÓ: 1	Paradicsommártás Húsgombóc Főtt burgonya Alma <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN: 628 ZS: 23 TZS: 6,2 FH: 22,3 SZH:79,4 CK: 36 SÓ: 1,6	Bácskai rizseshús Cékla savanyúság édesítőszerre <u>Allergének:</u> 10 EN: 675 ZS: 31,3 TZS: 9,3 FH:25,8 SZH:72,9 CK: 6,4 SÓ: 1,3	Rakott burgonya Káposztasaláta <u>Allergének:</u> 3,6,7,12 EN: 732 ZS: 29,9 TZS: 12,4 FH: 22,1 SZH:67,8 CK: 15,4 SÓ: 2,4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<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 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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársaink! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet kérjük, megértésedet köszönjük.  
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számitott 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

Budapest

BKSZC Weiss Manfréd Techn. és Koll.  
Középiskola

2023. 02. 06.–2023. 02. 12.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Foszlós kalács Sajtkrém Kifli Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:811 ZS: 20,7    TZS: 10,1    FH: 29,7 SZH:120,6    CK:27,3    SÓ: 2,6</p>	<p>Tej Szamóca extra dzsem Margarin Félbarna kenyér Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,10</p> <p>EN: 893 ZS: 21,1    TZS: 3,8    FH: 27,6 SZH:138,4    CK: 33,7    SÓ: 4,3</p>	<p>Gyümölcs tea Vajkrém Zsemle Kigyóuborka Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 854 ZS: 27,5    TZS: 12,6    FH:22,7 SZH:121,8    CK: 12,6    SÓ: 4,2</p>	<p>Gyümölcs tea Barackos túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér Zala felvágott Margarin Zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 805 ZS: 16,2    TZS: 6,3    FH: 27,3 SZH:129,9    CK: 18,5    SÓ: 3,8</p>	<p>Gyümölcs tea Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Túró desszert Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 514 ZS: 12,2    TZS: 6,3    FH: 15,7 SZH: 81    CK: 28,7    SÓ: 2,5</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>
--	---	---	---	--	--	--

EBÉD

<p>Tarhonyaleves Sült sonka Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN:900 ZS: 28,7    TZS: 8,1    FH: 49 SZH:119,1    CK:19,6    SÓ: 2,8</p>	<p>Daragaluska leves Bakonyi pulykaragu Kagyló tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 794 ZS: 34,8    TZS: 10,7    FH: 30,5 SZH:85,6    CK: 10,2    SÓ: 1,2</p>	<p>Brokkoli krémleves Sajtos cruton Vasi sertésborda Vajas törtburgonya Csemege uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 793 ZS: 34,3    TZS: 10,3    FH:31,6 SZH:82,8    CK: 7    SÓ: 3,4</p>	<p>Magyaros zöldborsóleves Sajtmártásos csirkemell csíkok Jázmin rizs Banán</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 900 ZS: 17,2    TZS: 4,1    FH: 46,2 SZH:121,2    CK: 54,3    SÓ: 2,3</p>	<p>Kassai burgonyaleves Teljes kiőrlésű kenyér Farsangi Fánk 2db Barack Lekvár</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12</p> <p>EN:887 ZS: 26,2    TZS: 9,1    FH: 19,5 SZH: 159,6    CK: 74,6    SÓ: 2,3</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>Gránátos kocka Kovászos uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN:716 ZS: 14,5    TZS: 1,7    FH: 14,1 SZH:91,7    CK:5    SÓ: 3,2</p>	<p>Pásztortarhonya Csalamádé</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN: 702 ZS: 26,8    TZS: 7,9    FH: 27,3 SZH:75,1    CK: 4,5    SÓ: 2,3</p>	<p>Sertéspörkölt Zöldbabfőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 772 ZS: 25,1    TZS: 7,9    FH:27,1 SZH:64,5    CK: 2,6    SÓ: 1,1</p>	<p>Tarhonyás hús Kovászos uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 701 ZS: 24,1    TZS: 6,8    FH: 28,7 SZH:78,9    CK: 5,7    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>	<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. 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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj vizsgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük.  
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számitott 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

Budapest

BKSZC Weiss Manfréd Techn. és Koll.  
Középiskola

2023. 02. 13.–2023. 02. 19.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Fatörzs kifli Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:839 ZS: 24    TZS: 13,1    FH: 24,8 SZH:122    CK:21,8    SÓ: 3</p>	<p>Gyümölcs tea Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Margarin Zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 722 ZS: 12,8    TZS: 4,1    FH: 21,6 SZH:123,4    CK: 11,6    SÓ: 4</p>	<p>Tejeskávé Margarin Kifli Sertés párizsi Margarin Félbarna kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 849 ZS: 19,1    TZS: 7,4    FH: 28 SZH:133,2    CK: 27,7    SÓ: 4,2</p>	<p>Gyümölcs tea Sajtkrém pirított napraforgómaggal Félbarna kenyér Olasz felvágott Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 800 ZS: 19,4    TZS: 7    FH: 25,6 SZH:124    CK: 12,4    SÓ: 4,3</p>	<p>Gyümölcs tea Majonéz tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Alma Nápolyi szelet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,10</p> <p>EN: 551 ZS: 14,8    TZS: 5,5    FH: 12,7 SZH: 85,3    CK: 29,5    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>Gulyásleves Túrós csusza Tejfőlös öntet Kivi</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN:903 ZS: 38,5    TZS: 16,4    FH: 40,3 SZH:97    CK:14,3    SÓ: 2</p>	<p>Zöldséges karalábéleves Rakott burgonya gazdagon Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,10,12</p> <p>EN: 775 ZS: 33,3    TZS: 12,8    FH: 23,9 SZH:68,6    CK: 9    SÓ: 3,1</p>	<p>Csurgatott tojásleves Sertésvagdalt Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 836 ZS: 32,9    TZS: 8    FH: 37,6 SZH:93,3    CK: 14,3    SÓ: 2</p>	<p>Vegyes gyümölcsleves Rántott harcsafilé Jázmín rizs Tartármártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,10,12</p> <p>EN: 889 ZS: 36,8    TZS: 8,3    FH: 28,4 SZH:144,6    CK: 40    SÓ: 1,1</p>	<p>Paradicsomleves Fokhagymás csirkeragu Karottás bulgur Vegyes vágott savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12</p> <p>EN: 904 ZS: 36,1    TZS: 7,8    FH: 31,3 SZH: 102,3    CK: 27,1    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>Zöldséges rizseshús Kovászos uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:740 ZS: 27,4    TZS: 7    FH: 24,1 SZH:85,9    CK:2,1    SÓ: 2,7</p>	<p>Bolognai Spagetti Reszelt sajt</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9</p> <p>EN: 734 ZS: 33,7    TZS: 11,7    FH: 34,4 SZH:72,7    CK: 11    SÓ: 1,2</p>	<p>Pincepörkölt Csalamádé Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN: 702 ZS: 23,9    TZS: 6,6    FH: 26,8 SZH:75,2    CK: 1,8    SÓ: 2,7</p>	<p>Sertésvagdalt Lencsefőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 897 ZS: 35,9    TZS: 10    FH: 42,6 SZH:95    CK: 7    SÓ: 3,1</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>	<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. 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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj vizsgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

Budapest

BKSZC Weiss Manfréd Techn. és Koll.  
Középiskola

2023. 02. 20.–2023. 02. 26.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér Kenőmájás Zsemle Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1,6,7,10 EN:921 ZS: 20,8 TZS: 3,5 FH: 28,8 SZH:143,7 CK:32,6 SÓ: 4,2	Gyümölcsstea Pritaminos sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong Paprikás szalámi Margarin Zsemle <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 811 ZS: 20,2 TZS: 7,9 FH: 25,5 SZH:124,5 CK: 12,4 SÓ: 4	Karamellás tej Margarin Kifli Pulykasonka Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 796 ZS: 12,7 TZS: 4,7 FH:29,6 SZH:133 CK: 28,5 SÓ: 4,3	Gyümölcsstea Majonézes tonhalkrém Zsemle Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,3,4,6,10 EN: 734 ZS: 12,5 TZS: 2,3 FH: 24,5 SZH:124,2 CK: 12,1 SÓ: 3	Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom Kockasajt Kifli <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 827 ZS: 23,4 TZS: 10,9 FH: 27,4 SZH: 118 CK: 14,4 SÓ: 4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
<b>EBÉD</b>	Zöltséges karfiollevés Milánói makaróni Reszelt sajt Alma <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:795 ZS: 27,8 TZS: 9,6 FH: 36,2 SZH:97,5 CK:28,2 SÓ: 3	Kertészleves Sült virsli Fejtett babfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 802 ZS: 29,4 TZS: 8,5 FH: 36 SZH:91,3 CK: 2,3 SÓ: 3,1	Zellerkrémleves Crueton Sült csirkecomb Rizi-bizi Cékla savanyúság <u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12 EN: 811 ZS: 24 TZS: 4,5 FH:54,9 SZH:93,3 CK: 9,3 SÓ: 3,2	Reszelt tésztaleves Borsos pulykatokány Bulgur Narancs <u>Allergének:</u> 1,9 EN: 902 ZS: 38,1 TZS: 9,9 FH: 32,3 SZH:93,8 CK: 17 SÓ: 0,7	Legényfogó leves Reform piskótakocka csokoládé öntettel <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12 EN: 696 ZS: 23,5 TZS: 7 FH: 28,8 SZH: 87,6 CK: 51,7 SÓ: 0,5	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
<b>UZSONNA</b>	Paprikás burgonya virslivel Káposztasaláta Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,12 EN:682 ZS: 21,5 TZS: 7,2 FH: 21,5 SZH:92,9 CK:13,8 SÓ: 4,3	Sertésvagdalt Majonézes burgonyasaláta Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12 EN: 900 ZS: 49,1 TZS: 13,8 FH: 29,2 SZH:87,7 CK: 13 SÓ: 3,7	Székelykáposzta Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 702 ZS: 24,4 TZS: 9,3 FH:22,5 SZH:63,3 CK: 4 SÓ: 4	Halporció Párolt rizs Csalamádé <u>Allergének:</u> 1,3,4,10,12 EN: 676 ZS: 18,7 TZS: 2,8 FH: 30,3 SZH:95,2 CK: 1,8 SÓ: 3,3	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<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 keresztzennyeződéssel 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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj vizsgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük.  
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számitott 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

Budapest

BKSZC Weiss Manfréd Techn. és Koll.  
Középiskola

2023. 02. 27.–2023. 03. 05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Sajtos stangli Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:1096 ZS: 20,8    TZS: 12,6    FH: 36,5 SZH:183,3    CK:19,4    SÓ: 4,2</p>	<p>Gyümölcs tea Petrezselymes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Trappista sajt Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 861 ZS: 23,8    TZS: 9,7    FH: 29 SZH:123,4    CK: 13,2    SÓ: 3,9</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>	<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>Erőleves gazdagon Sertéspörkölt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Nápolyi szelet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12</p> <p>EN:802 ZS: 32,9    TZS: 12,5    FH: 28,5 SZH:91,7    CK:18,5    SÓ: 2,6</p>	<p>Nyírségi gombóclevés Káposztás kocka Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 883 ZS: 28,9    TZS: 8,1    FH: 31,8 SZH:119,6    CK: 34,4    SÓ: 0,6</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>	<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>Rakott kelkáposzta Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:720 ZS: 29,4    TZS: 8,7    FH: 27,3 SZH:65,5    CK:3,4    SÓ: 1,2</p>	<p>Temesvári sertésragu Bulgur</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 777 ZS: 32,3    TZS: 9,9    FH: 27,8 SZH:75,2    CK: 1    SÓ: 0,4</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>	<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 keresztaszennyeződéssel 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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.