ÉTLAP

Nyíregyháza | **Szabadszedés Felnőtt** | **2026. 11. 02.–2026. 11. 06.**

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
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:
EBÉD A	Tarhonyaleves (1,12) Sertésfasírt (1,3) Zöldborsófőzelék (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,12 EN:783 ZS:26,7 TZS:8,2 FH:38,4 SZH:89,2 CK:17,4 SÓ:2,24	Májgaluska leves (1,3,9,12) Burgonyás tészta (1,12) Csemege uborka (10,12) Allergének: 1,3,9,10,12 EN:681 ZS:18,5 TZS:2,4 FH:25,8 SZH:98,8 CK:9,4 SÓ:2,88	Vöröslencse krémleves (1,7,12) Leves gyöngy (1,3,7) Rántott sajtgolyó (1,7) Sárgarépás rizs Tartármártás (3,7,10) Allergének: 1,3,7,10,12 EN:985 ZS:40 TZS:12,4 FH:29,5 SZH:107 CK:13,4 SÓ:3,58	Daragaluska leves (1,3,9,12) Csirkepaprikás (1,7) Bulgur (1) Alma Allergének: 1,3,7,9,12 EN:764 ZS:24,4 TZS:6,4 FH:33,8 SZH:90,5 CK:13,7 SÓ:1,33	Paradicsomleves (1,3,9) Grillfűszeres csirkemell Petrezselymes burgonya (12) Coleslaw (3,7,10,12) Allergének: 1,3,7,9,10,12 EN:776 ZS:23,2 TZS:3 FH:38,4 SZH:95,3 CK:33,6 SÓ:2
EBÉD B	Tarhonyaleves (1,12) Csirkés paella Házi vegyes saláta Allergének: 1,12 EN:802 ZS:25,6 TZS:5,6 FH:33 SZH:100,6 CK:15,5 SÓ:2,75	Májgaluska leves (1,3,9,12) Mákos guba meggyes öntet (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,9,12 EN:941 ZS:23,8 TZS:7,5 FH:31,8 SZH:147,2 CK:65,7 SÓ:2,37	Vöröslencse krémleves (1,7,12) Leves gyöngy (1,3,7) Vegetáriánus bolognai teljes kiőrlésű spagettivel (1,9) Sajt szórat (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,9,12 EN:1028 ZS:31,8 TZS:10,1 FH:58,6 SZH:102,1 CK:15,6 SÓ:1,69	Daragaluska leves (1,3,9,12) Zöldséges rakott palacsinta (1,3,7) Alma Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,9,12 EN:540 ZS:14,2 TZS:4 FH:31,3 SZH:67,5 CK:17,7 SÓ:1,34	Paradicsomleves (1,3,9) Rántott brokkoli (1) Párolt rizs Tartármártás (3,7,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,9,10 EN:1226 ZS:156,8 TZS:9 FH:20,4 SZH:154,4 CK:38,6 SÓ:2,43
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:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. **Az ételsoroknál 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. Szezámmag; 12, Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A 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).

Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!

ÉTLAP

Nyíregyháza | **Szabadszedés Felnőtt** | **2026. 11. 09.–2026. 11. 13.**

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
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:
EBÉD A	Zellerkrémleves (1,7,9,12) Pirított napraforgómag Tarhonyás hús sertéshússal (1) Szilvabefőtt Allergének: 1,7,9,12 EN:1004 ZS:46 TZS:10,1 FH:38 SZH:103,9 CK:26 SÓ:0,61	Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12) Dino szelet (1) Majorannás burgonyafőzelék (1,7,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,12 EN:671 ZS:22 TZS:3,7 FH:29,4 SZH:82,7 CK:4,5 SÓ:2,56	Tárkonyos csirkeraguleves (1,3,7,9,12) Dejós nudli (1) Vaníliás öntet (7) Alma Allergének: 1,3,7,9,12 EN:1223 ZS:25,1 TZS:5,7 FH:35 SZH:176,3 CK:70 SÓ:3,36	Hamisgulyás (1,3,9,12) Vegetáriánus chilis bab Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,9,12 EN:539 ZS:7,7 TZS:0,9 FH:31,3 SZH:83,8 CK:9,5 SÓ:1,41	Fahéjas almaleves (1,7,12) Rántott halfilé (1,3,4) Rizibizi Káposztasaláta Allergének: 1,3,4,7,12 EN:913 ZS:13,4 TZS:2,9 FH:31,8 SZH:161,8 CK:49,9 SÓ:1,57
EBÉD B	Zellerkrémleves (1,7,9,12) Pirított napraforgómag Temesvári sertésragu (1,7) Bulgur (1) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,7,9,12 EN:1002 ZS:48,7 TZS:12,7 FH:35,5 SZH:91 CK:4,8 SÓ:1,14	Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12) Sütőtökös árpagyöngy rizottó (1,7) Allergének: 1,3,7,12 EN:363 ZS:7,2 TZS:2,4 FH:11,8 SZH:60,1 CK:9,6 SÓ:0,87	Tárkonyos csirkeraguleves (1,3,7,9,12) Káposztás tészta (1) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma Allergének: 1,3,7,9,12 EN:799 ZS:18 TZS:3,5 FH:29 SZH:123,7 CK:40,6 SÓ:1,44	Hamisgulyás (1,3,9,12) Tejberizs (7) Kakaós szórat Allergének: 1,3,7,9,12 EN:570 ZS:12,3 TZS:6,4 FH:15,7 SZH:97,2 CK:43,1 SÓ:0,74	Fahéjas almaleves (1,7,12) Ázsiai csirkehúsos tészta (1,6,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,6,7,12 EN:698 ZS:9,5 TZS:2,5 FH:32,6 SZH:117,7 CK:41 SÓ:1,84
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:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. **Az ételsoroknál 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. Szezámmag; 12, Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A 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).

Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!

ÉTLAP

Nyíregyháza | **Szabadszedés Felnőtt** | **2026. 11. 16.–2026. 11. 20.**

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
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:
EBÉD A	Eperkrémleves (1,7,12) Borsos sertéstokány (1) Bulgur (1) Csemege uborka (10,12) Allergének: 1,7,10,12 EN:861 ZS:27,6 TZS:8,1 FH:24,3 SZH:117,7 CK:46,3 SÓ:2,33	Zöldborsóleves (1,3,9,12) Paradicsomos húsgombóc (1,3,9) Főtt burgonya (12) Allergének: 1,3,9,12 EN:682 ZS:25,2 TZS:6,4 FH:26,6 SZH:81,3 CK:27,2 SÓ:1,61	Káposztás bableves füstölt hússal (9,12) Mákos metélt (1) Körte Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,9,12 EN:1013 ZS:28,9 TZS:4,3 FH:40,7 SZH:151,7 CK:29,3 SÓ:4,32	Zöldségleves fridattoval (1,3,7,9,12) Panírozott zöldséggolyó (1,3,7) Burgonyapüré (7,12) Színes vegyessaláta (12) Allergének: 1,3,7,9,12 EN:635 ZS:15,1 TZS:3,9 FH:17,8 SZH:95,9 CK:15 SÓ:2,27	Pikáns karfiolkrémleves (1,7,12) Pirított zsemlekocka (1) Kukorica morzsás csirkemell csík (1) Mexikói rizs Coleslaw (3,7,10,12) Allergének: 1,3,7,10,12 EN:891 ZS:31,3 TZS:5,9 FH:36,3 SZH:112,3 CK:12,1 SÓ:3,55
EBÉD B	Eperkrémleves (1,7,12) Parajos csirkehúsos penne (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,7,12 EN:777 ZS:21,1 TZS:5,7 FH:34,7 SZH:110 CK:45,3 SÓ:0,73	Zöldborsóleves (1,3,9,12) Barbecue csirkeragu (1,6,12) Párolt rizs Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,6,9,12 EN:735 ZS:21,5 TZS:3,1 FH:32 SZH:95 CK:6,5 SÓ:2,31	Káposztás bableves füstölt hússal (9,12) Tejbedara (1,7) Kakaós szórat Körte Allergének: 1,7,9,12 EN:754 ZS:21,8 TZS:8,6 FH:35,1 SZH:109,4 CK:46,1 SÓ:4,43	Zöldségleves fridattoval (1,3,7,9,12) Amerikai sajtos tészta (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,9,12 EN:682 ZS:26 TZS:10,1 FH:24,5 SZH:83,9 CK:12,8 SÓ:2,19	Pikáns karfiolkrémleves (1,7,12) Pirított zsemlekocka (1) Harcsapaprikás (1,4,7) Galuska (1,3) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,4,7,12 EN:797 ZS:23,2 TZS:7,8 FH:37 SZH:105,1 CK:5,1 SÓ:1,31
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:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál 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. Szezámmag; 12, Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A 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).

Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!

ÉTLAP

Nyíregyháza | **Szabadszedés Felnőtt** | **2026. 11. 23.–2026. 11. 27.**

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
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:
EBÉD A	Kukorica galuska leves (3,9) Vadas sertésragu (1,7,9,10,12) Makaróni tészta (1) Alma Allergének: 1,3,7,9,10,12 EN:809 ZS:32 TZS:7 FH:24,9 SZH:103,7 CK:23,1 SÓ:0,95	Gyümölcsleves (1,7,12) Paprikás burgonya virslivel (12) Cékla savanyúság (10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,7,10,12 EN:793 ZS:26,6 TZS:10,7 FH:21,5 SZH:110,3 CK:44,3 SÓ:4,5	Sárgaborsó krémleves (1) Színes levesgyöngy (1,3,7) Rántott sajtgolyó (1,7) Petrezselymes rizs Tartármártás (3,7,10) Allergének: 1,3,7,10 EN:1046 ZS:42,2 TZS:10,9 FH:28 SZH:130,7 CK:10,9 SÓ:3,83	Tarhonyaleves (1,12) Csirkepörkölt (1) Tökfőzelék (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,7,12 EN:548 ZS:15,9 TZS:4 FH:26,7 SZH:65,9 CK:11,7 SÓ:2,91	Paradicsomleves (1,3,9) Rántott halfilé (1,3,4) Zöldséges bulgur (1) Házi vegyes saláta Allergének: 1,3,4,9 EN:924 ZS:18,8 TZS:2,7 FH:30,6 SZH:147,5 CK:38,5 SÓ:1,67
EBÉD B	Kukorica galuska leves (3,9) Dubarry sertésszelet (1,7) Párolt rizs Alma Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,9 EN:899 ZS:32,8 TZS:9,6 FH:38,6 SZH:109,6 CK:15,2 SÓ:1,02	Gyümölcsleves (1,7,12) Rakott karfiol sertéshússal (1,7) Allergének: 1,7,12 EN:659 ZS:29,9 TZS:9,5 FH:21,2 SZH:74,4 CK:41,9 SÓ:0,39	Sárgaborsó krémleves (1) Színes levesgyöngy (1,3,7) Túrós metélt (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7 EN:886 ZS:27 TZS:8,1 FH:35,3 SZH:120,2 CK:21,7 SÓ:0,94	Tarhonyaleves (1,12) Édes málé (1,3,7) Szilva extra dzsem Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,12 EN:1067 ZS:48,4 TZS:6,9 FH:15,8 SZH:141,5 CK:65,3 SÓ:1,28	Paradicsomleves (1,3,9) Kolbászos apróPecsenye sertéshússal (1) Tört burgonya (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,9,12 EN:792 ZS:28,8 TZS:7,6 FH:26,7 SZH:95,8 CK:28,6 SÓ:1,03
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:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. **Az ételsoroknál 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. Szezámmag; 12, Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A 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).

Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!

ÉTLAP

Nyíregyháza | **Szabadszedés Felnőtt** | **2026. 11. 30.–2026. 12. 04.**

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
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:
EBÉD A	Őszibarack krémleves (1,7,12) Bácskai rizseshús sertéshússal Csemege uborka (10,12) Allergének: 1,7,10,12 EN:824 ZS:29,7 TZS:8,5 FH:20,3 SZH:117,4 CK:43,2 SÓ:2,28	Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9) Szilvatöltelékes gombóc fahéjas szórattal (1) Allergének: 1,3,9 EN:974 ZS:19,1 TZS:3,7 FH:30,4 SZH:162,5 CK:38,2 SÓ:1,83	Köménymagleves zsemlekockával (1) Főtt tojás (3) Zöldborsófőzelék (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7 EN:621 ZS:19,4 TZS:4,8 FH:30,3 SZH:67,9 CK:16,6 SÓ:1,17	Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12) Párolt sertésszelet, karajból Gyümölcsmártás (1,7) Pirított dara (1) Banán Allergének: 1,3,7,12 EN:907 ZS:19,4 TZS:1,9 FH:29,7 SZH:142,8 CK:45,8 SÓ:2,55	Fokhagyma krémleves (1,7,12) Leves gyöngy (1,3,7) Bolognai spagetti (bio tésztával) (1,9) Sajt szórat (7) Mikulás desszert (7) Allergének: 1,3,7,9,12 EN:1032 ZS:47,9 TZS:18,4 FH:40,3 SZH:106,6 CK:19,9 SÓ:1,69
EBÉD B	Őszibarack krémleves (1,7,12) Kukorica morzsás csirkemell csík (1) Burgonyapüré (7,12) Csemege uborka (10,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,7,10,12 EN:872 ZS:23,1 TZS:6 FH:33,1 SZH:126,8 CK:43,1 SÓ:4,12	Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9) Tejbedara (1,7) Fahéjas porcukor Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,9 EN:671 ZS:17,9 TZS:8,4 FH:28,2 SZH:96,6 CK:44,5 SÓ:1,08	Köménymagleves zsemlekockával (1) Sajtos-tejfölös tészta (bio tésztával) (1,7) Allergének: 1,7 EN:767 ZS:36,8 TZS:15,6 FH:26,8 SZH:80,3 CK:3,9 SÓ:1,15	Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12) Rántott karfiol (1,3) Párolt rizs Tartármártás (3,7,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Banán Allergének: 1,3,7,10,12 EN:1339 ZS:42 TZS:8,3 FH:28,1 SZH:205,1 CK:30,6 SÓ:2,35	Fokhagyma krémleves (1,7,12) Leves gyöngy (1,3,7) Fűszeres csirkeszárnyak Pirított burgonya (12) Házi vegyes saláta Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,12 EN:1109 ZS:49,8 TZS:14 FH:52,2 SZH:106,3 CK:24,5 SÓ:2,57
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:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. **Az ételsoroknál 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. Szezámmag; 12, Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A 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).

Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!