

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Nyíregyháza

Tojás-földimogyoró-diófélék-szezámmentes

2021. 08. 30.–2021. 09. 05.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Méz Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:333 ZS: 5,7 TZS: 2,6 FH: 10,4 SZH:56,3 CK:26,1 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcs tea Édes krémtúró Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 248 ZS: 3,6 TZS: 2,1 FH: 9,7 SZH:41,3 CK: 10,8 SÓ: 0,7</p>	<p>Kakaós tej Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 326 ZS: 5,9 TZS: 2,7 FH:10,8 SZH:52,4 CK: 21,6 SÓ: 1,2</p>	<p>Tej Gabonapehely</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 244 ZS: 3,6 TZS: 1,9 FH: 8,3 SZH:42,8 CK: 9,6 SÓ: 0,5</p>	<p>Gyümölcs tea Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 240 ZS: 4,5 TZS: 1,4 FH: 9,3 SZH: 38,8 CK: 7,6 SÓ: 1,6</p>		
EBÉD	<p>Tarhonya leves Natúr csirke csíkok Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Nektarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN:618 ZS: 18,8 TZS: 4,4 FH: 25 SZH:80,6 CK:18 SÓ: 2</p>	<p>Zellerkrémleves Kenyerökocka Édes-savanyú csirkecsíkok Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN: 519 ZS: 16,6 TZS: 3 FH: 20,6 SZH:70,8 CK: 6,8 SÓ: 3,6</p>	<p>Bolognai sertés ragu Főtt tészta Almalé 100%-os</p> <p><u>Allergének:</u> 9,10</p> <p>EN: 601 ZS: 22,2 TZS: 5,1 FH:14,5 SZH:84,3 CK: 30,5 SÓ: 2,5</p>	<p>Tavaszi leves Fokhagymás sertés aprópecsenye Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN: 661 ZS: 24,3 TZS: 6,3 FH: 22,7 SZH:80,5 CK: 2,8 SÓ: 2,8</p>	<p>Paradicsomleves Natúr csirkemell Zöldséges rizs Vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,9,10</p> <p>EN: 545 ZS: 14,1 TZS: 1,8 FH: 30,2 SZH: 73,9 CK: 23,9 SÓ: 1,7</p>		
UZSONNA	<p>Pulykasonka Félbarna kenyér Póréhagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:202 ZS: 2,3 TZS: 0,7 FH: 9,5 SZH:34,1 CK:0,5 SÓ: 1,7</p>	<p>Trappista sajszelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 274 ZS: 10,6 TZS: 5,9 FH: 11,7 SZH:31,3 CK: 0,5 SÓ: 2</p>	<p>Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 215 ZS: 7,4 TZS: 2,5 FH:7,2 SZH:28,7 CK: 0,5 SÓ: 1,4</p>	<p>Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 244 ZS: 7,9 TZS: 2,8 FH: 8,6 SZH:33,1 CK: 0,7 SÓ: 1,8</p>	<p>Kockasajt Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 246 ZS: 8,7 TZS: 5,4 FH: 8,3 SZH: 31,6 CK: 2,1 SÓ: 1,5</p>		

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.

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Nyíregyháza

Tojás-földimogyoró-diófélék-szezámmentes

2021. 09. 06.–2021. 09. 12.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Gyümölcsstea Sajtkrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:226 ZS: 4 TZS: 2,2 FH: 7,8 SZH:37,7 CK:8,7 SÓ: 0,9</p>	<p>Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 325 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,3 SZH:53,6 CK: 22,3 SÓ: 1,4</p>	<p>Tejeskávé Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 312 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH:10,3 SZH:50,3 CK: 19,9 SÓ: 1</p>	<p>Tej Gesztenye Marci Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 337 ZS: 6,6 TZS: 4,6 FH: 11,3 SZH:52,9 CK: 18,5 SÓ: 0,9</p>	<p>Gyümölcsstea Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 239 ZS: 4,1 TZS: 1,2 FH: 9,4 SZH: 39,3 CK: 7,7 SÓ: 1,6</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>
EBÉD	<p>Minestrone leves Rántott csirkemell Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Szilva</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10</p> <p>EN:807 ZS: 15,5 TZS: 2,3 FH: 42,3 SZH:120,1 CK:24,8 SÓ: 3,3</p>	<p>Húsleves Főtt sertés szelet Gyümölcsmártás Pirított dara</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10</p> <p>EN: 506 ZS: 21,5 TZS: 6,7 FH: 19,7 SZH:55,3 CK: 10,3 SÓ: 1,2</p>	<p>Almalé 100%-os Bácskai rizses hús Csemege uborka édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 10,12</p> <p>EN: 516 ZS: 18 TZS: 4,8 FH:16,4 SZH:70,9 CK: 24,1 SÓ: 1,2</p>	<p>Frankfurti leves Darás metélt Szilva extra dzsem Szőlő</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 636 ZS: 19,8 TZS: 4,6 FH: 12,2 SZH:97,8 CK: 32,8 SÓ: 1</p>	<p>Újhagymás burgonyakrémléves Bolognai halragu Főtt tészta Reszelt sajt</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,7,9,10,12</p> <p>EN: 581 ZS: 19,7 TZS: 6,3 FH: 18,9 SZH: 78,8 CK: 9,1 SÓ: 3,2</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>Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:236 ZS: 5,6 TZS: 3,3 FH: 9,9 SZH:34,5 CK:1,4 SÓ: 1,2</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Zsemle Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 224 ZS: 7,4 TZS: 2,5 FH: 7 SZH:30,6 CK: 0,7 SÓ: 1,2</p>	<p>Edami sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 270 ZS: 9,9 TZS: 5,6 FH:12,7 SZH:31,6 CK: 0,4 SÓ: 1,5</p>	<p>Soproni felvágott Margarin Zsemle Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 243 ZS: 8,8 TZS: 3,1 FH: 8,3 SZH:30,9 CK: 0,7 SÓ: 1,3</p>	<p>Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 209 ZS: 2,7 TZS: 0,8 FH: SZH: 31,9 CK: 8,8 SÓ: 0,9</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>

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 ételválogatásért 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.

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Nyíregyháza

Tojás-földimogyoró-diófélék-szezámmentes

2021. 09. 13.–2021. 09. 19.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Kakaós tej Vaj Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:359 ZS: 9,9 TZS: 5,9 FH: 10,6 SZH:51,6 CK:21,9 SÓ: 0,9</p>	<p>Tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 333 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,2 SZH:56,1 CK: 24,8 SÓ: 1,4</p>	<p>Gyümölcsstea Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 234 ZS: 5,1 TZS: 3,1 FH:5,1 SZH:40,1 CK: 9 SÓ: 0,9</p>	<p>Tej Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 305 ZS: 7 TZS: 3 FH: 14,8 SZH:40,5 CK: 9,7 SÓ: 1,8</p>	<p>Gyümölcsstea Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 233 ZS: 4 TZS: 1,2 FH: 9 SZH: 38,4 CK: 7,7 SÓ: 1,6</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>
EBÉD	<p>Tavaszi leves Füstölt főtt tarja Sárgarépa főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10</p> <p>EN:480 ZS: 21,2 TZS: 7,6 FH: 21,4 SZH:62,1 CK:9,6 SÓ: 3,2</p>	<p>Kertészleves Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya fél adag Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,9,10,12</p> <p>EN: 587 ZS: 18,5 TZS: 4,8 FH: 21,1 SZH:80,6 CK: 13,2 SÓ: 2</p>	<p>Sertés gulyásleves Almás lepény Vaníliás öntet Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN: 549 ZS: 21 TZS: 7,5 FH:17 SZH:69,3 CK: 31 SÓ: 0,4</p>	<p>Köménymag leves Kenyérkocka Kukoricás csirkeragu Párolt rizs Szilva</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10</p> <p>EN: 615 ZS: 19,3 TZS: 2,8 FH: 23 SZH:85,4 CK: 16,6 SÓ: 2,7</p>	<p>Görög gyümölcsleves Gyros csirkecsikok Friss saláta Pírtott burgonya</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 634 ZS: 20,9 TZS: 3,4 FH: 27,1 SZH: 79,6 CK: 32,3 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>Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:214 ZS: 5,2 TZS: 3,1 FH: 5,4 SZH:34,3 CK:1,9 SÓ: 0,9</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 208 ZS: 4,1 TZS: 1,2 FH: 9,3 SZH:31,8 CK: 0,5 SÓ: 1,6</p>	<p>Trappista sajtszelet Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 271 ZS: 10,3 TZS: 5,7 FH:11,6 SZH:30,7 CK: 0,7 SÓ: 1,8</p>	<p>Füstölt baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 240 ZS: 8,2 TZS: 2,7 FH: 8,2 SZH:31,8 CK: 0,5 SÓ: 1,6</p>	<p>Brokkolis zöldségpástétom Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 198 ZS: 1,3 TZS: 0,2 FH: 5 SZH: 39,3 CK: 8,8 SÓ: 0,9</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>

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.

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Nyíregyháza

Tojás-földimogyoró-diófélék-szezámmentes

2021. 09. 20.–2021. 09. 26.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Vaj Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:305 ZS: 9,6 TZS: 5,8 FH: 10,2 SZH:39,1 CK:9,9 SÓ: 0,9</p>	<p>Karamellás tej Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 315 ZS: 5,7 TZS: 2,6 FH: 10,3 SZH:50,8 CK: 20,6 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcsstea Reszelt sajt Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 293 ZS: 10,2 TZS: 5,7 FH:11,3 SZH:37 CK: 7,9 SÓ: 1,3</p>	<p>Gyümölcsstea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 253 ZS: 5,5 TZS: 3,3 FH: 9,3 SZH:39,7 CK: 8,5 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcsstea Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 249 ZS: 4,8 TZS: 1,8 FH: 9,4 SZH: 40 CK: 8,3 SÓ: 1,6</p>		
EBÉD	<p>Lebbencsleves Natúr csirke csíkok Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Gesztenye Marci</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN:657 ZS: 22,7 TZS: 7,5 FH: 25,8 SZH:81,2 CK:13 SÓ: 2</p>	<p>Zöldborsóleves Natúr sertés szelet Rozsdás mártás Tört burgonya Káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN: 698 ZS: 31,2 TZS: 7,8 FH: 25,2 SZH:74,4 CK: 21,3 SÓ: 2,3</p>	<p>Bakonyi betyárleves sertéshússal Darás metélt Extra dzsem Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10</p> <p>EN: 658 ZS: 22,2 TZS: 5,8 FH:15,4 SZH:95,1 CK: 30,1 SÓ: 0,3</p>	<p>Csirkeguleves Roston sült csirkemell Sóskamártás Főtt burgonya fél adag Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN: 510 ZS: 13 TZS: 2,6 FH: 39,2 SZH:54,7 CK: 20,7 SÓ: 0,4</p>	<p>Édesgyökér krémleves Kenyérkocka Rántott halfilé Kukoricás rizs Csemege uborka édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,7,9,10,12</p> <p>EN: 648 ZS: 16,8 TZS: 3,1 FH: 27,6 SZH: 95,1 CK: 4,4 SÓ: 4</p>		
UZSONNA	<p>Sajtkrém Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:204 ZS: 4,1 TZS: 2,2 FH: 8,2 SZH:31,5 CK:1,5 SÓ: 0,9</p>	<p>Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 232 ZS: 6,3 TZS: 2,7 FH: 7,5 SZH:34,7 CK: 2,1 SÓ: 1,5</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 227 ZS: 7,5 TZS: 2,7 FH:7,1 SZH:31,2 CK: 0,5 SÓ: 1,3</p>	<p>Zala felvágott Margarin Zsemle Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 238 ZS: 7,9 TZS: 2,8 FH: 8,6 SZH:31,2 CK: 0,9 SÓ: 1,4</p>	<p>Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 221 ZS:2,7 TZS: 0,8 FH: 4,9 SZH: 42,7 CK: 12,4 SÓ: 0,9</p>		

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 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) megtekinthető.

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Nyíregyháza

Tojás-földimogyoró-diófélék-szezámmentes

2021. 09. 27.–2021. 10. 03.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Méz Vaj Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:372 ZS: 9,9 TZS: 6 FH: 10,3 SZH:55,2 CK:24,9 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcs tea Főtt virsli Mustár Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN: 291 ZS: 8,9 TZS: 2,9 FH: 9,8 SZH:40,5 CK: 9 SÓ: 2,1</p>	<p>Vaníliás tej Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 312 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH:10,2 SZH:50,8 CK: 19,8 SÓ: 1</p>	<p>Gyümölcs tea Sajtkrém Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 238 ZS: 4,1 TZS: 2,2 FH: 8,2 SZH:40,6 CK: 8,5 SÓ: 1,3</p>	<p>Tej Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 305 ZS: 7 TZS: 3 FH: 14,8 SZH: 40,5 CK: 9,7 SÓ: 1,8</p>		
EBÉD	<p>Meggyleves Natúr szárnyas ragu Zöldséges rizs Vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10</p> <p>EN:496 ZS: 13,6 TZS: 2,6 FH: 19,9 SZH:72,9 CK:26 SÓ: 2,2</p>	<p>Hagyma krémleves Kenyérkocka Bolognai sertés ragu Főtt tészta Reszelt sajt Szilva</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10</p> <p>EN: 809 ZS: 36,2 TZS: 10,1 FH: 22,8 SZH:95,3 CK: 22,2 SÓ: 3,2</p>	<p>Tejfölös zöldbaleves Pincepörkölt Házi csalamádé Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 694 ZS: 23,7 TZS: 6,6 FH:25 SZH:87,1 CK: 9,1 SÓ: 1,8</p>	<p>Csontleves Sertés vagdalt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Szőlő</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10</p> <p>EN: 754 ZS: 27,7 TZS: 7,2 FH: 22,4 SZH:97,9 CK: 26,4 SÓ: 3,3</p>	<p>Zöldségleves Natúr sertés szelet Rizibizi</p> <p><u>Allergének:</u> 1,9,10</p> <p>EN: 546 ZS: 27,2 TZS: 7,1 FH: 24 SZH: 50,5 CK: 1 SÓ: 2,1</p>		
UZSONNA	<p>Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:213 ZS: 5,2 TZS: 3,1 FH: 5,5 SZH:34 CK:1,9 SÓ: 0,9</p>	<p>Trappista sajt szelet Margarin Zsemle Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 269 ZS: 10,3 TZS: 5,7 FH: 11,6 SZH:30,5 CK: 0,7 SÓ: 1,8</p>	<p>Füstölt baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 239 ZS: 7,9 TZS: 2,6 FH:8 SZH:32,7 CK: 0,5 SÓ: 1,7</p>	<p>Olasz felvágott Margarin Zsemle Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 242 ZS: 8,8 TZS: 3,1 FH: 8,2 SZH:30,7 CK: 0,9 SÓ: 1,3</p>	<p>Karfiolos zöldségpástétom Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 198 ZS: 1,3 TZS: 0,2 FH: 5 SZH: 39,3 CK: 8,8 SÓ: 0,9</p>		

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. Csillagfürt; 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.