

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Nyíregyháza

Felnőtt

2021. 11. 01.–2021. 11. 07.

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

Ünnepnap

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Legényfogó leves
Káposztás kocka
Körte

Allergének:
1,7,9,10,12

EN: 866
ZS: 26,4 TZS: 5,9 FH: 31,6
SZH: 122,2 CK: 35,3 SÓ: 1,4

Kukoricakrémleves
Színes levesgyöngy
Francia rakott burgonya
Almalkompót

Allergének:
1,3,7,12

EN: 690
ZS: 21 TZS: 7,5 FH: 20,7
SZH: 92,8 CK: 15,6 SÓ: 1

Köménymagleves
Pirított zsemlekocka
Sertés aprópecsenye
Zöldborsófőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Nápolyi

Allergének:
1,7

EN: 1085
ZS: 46,9 TZS: 15,4 FH: 39,3
SZH: 121,8 CK: 22,9 SÓ: 2,3

Paradicsomleves
Halfilé párizsiasan
Kukoricás rizs
Tzatziki saláta

Allergének:
1,3,4,7,9

EN: 975
ZS: 30,5 TZS: 5,4 FH: 36,6
SZH: 135,3 CK: 28,6 SÓ: 3,2

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:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákkfélék; 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 étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézéstet 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.



ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Nyíregyháza

Felnőtt

2021. 11. 08.–2021. 11. 14.

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

Csontleves
Sertés pörkölt
Paradicsomos káposztafőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,9

EN:865
ZS:39,7 TZS:9,6 FH:35,6
SZH:88,2 CK:16,6 SÓ:4

Karamellás körteleves
Budapest sertésragu
Párolt rizs
Vegyes saláta

Allergének:
1,7,12

EN:1011
ZS:35 TZS:9,8 FH:29
SZH:142,6 CK:53,4 SÓ:1,5

Lencseleves
Túrós csusza
Teljes kiőrlésű kenyér
Körte

Allergének:
1,7,10

EN:1022
ZS:24,5 TZS:8,5 FH:41,1
SZH:149,5 CK:26,9 SÓ:2,1

Paprikás burgonya virslivel
Cékla savanyúság
Félbarna kenyér
Almalé 100%-os

Allergének:
1,6,10,12

EN:755
ZS:22 TZS:5,9 FH:22,1
SZH:110,6 CK:29,7 SÓ:4,7

Sütőtök krémleves
Pirított tökmag
Roston sült csirkemell
Sajtmártás
Sárgarépás rizs

Allergének:
1,7,11

EN:973
ZS:36,7 TZS:8,5 FH:50
SZH:106,9 CK:13,4 SÓ:1,4

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:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákkfélék; 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 munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézéstet 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.



ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Nyíregyháza

Felnőtt

2021. 11. 15.–2021. 11. 21.

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

Brokkoli leves
Tarhonyás sertés
Házi csalamádé
Körte

Allergének:
1,3

EN:873
ZS:30,2 TZS:7,5 FH:34,9
SZH:113,5 CK:32,6 SÓ:1,8

Daragaluska leves
Csirke fasírt
Tökfőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Múzli szelet

Allergének:
1,3,5,6,7,9,12

EN:773
ZS:23,4 TZS:5,6 FH:32
SZH:102,8 CK:20,7 SÓ:3,9

Kassai burgonyaleves
Mákos guba
Meggy öntet
Alma

Allergének:
1,7,12

EN:1079
ZS:40,6 TZS:11,8 FH:29,1
SZH:140,5 CK:63,5 SÓ:2,1

Tojásleves
Zöldborsós csirke ragu
Párolt rizs
Gyümölcskompót

Allergének:
1,3,12

EN:829
ZS:30,6 TZS:4,3 FH:32,6
SZH:103,1 CK:5,1 SÓ:1,3

Almás szilvkréMLEVES
Rántott halfilé
Burgonyapüré
Uborkasaláta

Allergének:
1,3,4,7,12

EN:901
ZS:18,3 TZS:5 FH:33,2
SZH:143,8 CK:43,8 SÓ:1,5

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:

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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet 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) megtekinthető.



ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Nyíregyháza

Felnőtt

2021. 11. 22.–2021. 11. 28.

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

Zellerkrémleves
Pirított zsemlekocka
Édes-savanyú csirkecskok
Párolt rizs

Allergének:
1,6,7,9,12

EN:793
ZS:18,4 TZS:4,1 FH:32,1
SZH:123 CK:23,5 SÓ:2,1

Fejtett bableves
Sajtos tejfölös spagetti
Mandarin

Allergének:
1,7,9

EN:856
ZS:32,9 TZS:14,1 FH:33,3
SZH:99,1 CK:16 SÓ:2,2

Tarhonyaleves
Rakott karfiol
Teljes kiőrlésű kenyér
Körte

Allergének:
1,7,12

EN:969
ZS:34,7 TZS:10,8 FH:33,4
SZH:120,2 CK:24,5 SÓ:2,2

Tavaszi leves
Stefánia vagdalt
Zöldbabfőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Tiramisu töltelkes piskóta

Allergének:
1,3,7

EN:993
ZS:36,9 TZS:11,1 FH:40,4
SZH:118,4 CK:25,5 SÓ:2,8

Édes gyökekrémleves
Leves gyöngy
Parasztos csirkecomb
Pirított burgonya
Vitaminsaláta

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:825
ZS:28 TZS:7,3 FH:35,5
SZH:100,3 CK:15,6 SÓ:3,5

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:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákkfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szjabab; 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 munkatársainknál! Diétás étkezéstet 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) megtekinthető.



ÉTLAP

Nyíregyháza

Felnőtt

2021. 11. 29.–2021. 12. 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

Húsleves
Főtt sertés szelet
Gyümölcsmártás
Pirított dara

Allergének:
1,3,7

EN:718
ZS: 25,2 TZS: 8 FH: 27,5
SZH:92,5 CK:25,8 SÓ: 2

Magyaros burgonyaleves
Tojásropogós
Finomfőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Narancs

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 586
ZS: 5,6 TZS: 1,3 FH: 18,9
SZH:107,9 CK: 28,6 SÓ: 1,1

Bácskai rizses hús
Csemege uborka
Almalé 100%-os

Allergének:
10,12

EN: 754
ZS: 29,4 TZS: 9,1 FH:25,2
SZH:95,2 CK: 28,8 SÓ: 2,1

Frankfurti leves
Lekváros bukta
Kivi

Allergének:
1,3,5,6,7,11,12

EN: 770
ZS: 26,7 TZS: 9,6 FH: 23,7
SZH:102,8 CK: 23,3 SÓ: 2,2

Minestrone leves
Olaszos halfilé
Penne tészta
Reszelt sajt

Allergének:
1,4,7,9

EN: 737
ZS: 27 TZS: 7,6 FH: 33
SZH: 90 CK: 10,3 SÓ: 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:

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 munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézéstet 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.