

ÉTLAP

HUNGAST
Kérlek még!

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: 1408
ZS: 45,5 TZS: 6,6 FH: 53,4
SZH:183,8 CK: 29,6 SÓ: 6,2

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.



ÉTLAP

HUNGAST
Kérlek még!

Nyíregyháza

Felnőtt

2021. 12. 06.–2021. 12. 12.

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

Tojásleves
Borsos sertés tokány
Párolt rizs
Mandarin
Puszedli

Allergének:
1,3,12

EN:1092
ZS: 50,7 TZS: 14,5 FH: 32
SZH:122,9 CK:25,1 SÓ: 1,5

Kertészleves
Húsgombóc
Paradicsommártás
Főtt burgonya fél adag

Allergének:
1,3,9,12

EN: 636
ZS: 22,3 TZS: 6 FH: 25
SZH:80,5 CK: 27,6 SÓ: 2,4

Gulyásleves
Dejós morzsás nudli
Vanília ízű öntet
Teljes kiőrlésű kenyér
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 1333
ZS: 32,3 TZS: 7,4 FH:42,4
SZH:180,7 CK: 36 SÓ: 3,3

Daragaluska leves
Stefánia vagdalt
Sárgaborsó főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Kivi

Allergének:
1,3,9

EN: 1028
ZS: 39,5 TZS: 9,7 FH: 44
SZH:111 CK: 12,2 SÓ: 3,4

Görög gyümölcsleves
Csirkepörkölt
Szarvacska tészta

Allergének:
1,7,12

EN: 815
ZS: 20,4 TZS: 3,7 FH: 35,5
SZH: 121,4 CK: 47 SÓ: 2,3

Gyros tál
Almalé 100%-os

Allergének:
12

EN: 728
ZS: 28 TZS: 3,9 FH: 33,1
SZH: 80 CK: 23,8 SÓ: 1,9

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. 12. 13.–2021. 12. 19.

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

Széchenyi leves kolbásszal
Darás metélt
Sárgabarack extra dzsem
Alma

Allergének:
1,12

EN:959
ZS: 33,7 TZS: 8,3 FH: 23,4
SZH:137,6 CK:39,1 SÓ: 1

Zöldborsóleves
Mustáros sertés szelet
Tört burgonya
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,3,9,10,12

EN: 775
ZS: 32,6 TZS: 5 FH: 34,3
SZH:81,9 CK: 12,6 SÓ: 4,2

Csontleves
Szabolcsi töltött káposzta tejföllel
Teljes kiőrlésű kenyér
Körte

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 1188
ZS: 43 TZS: 19,5 FH:44,1
SZH:132,6 CK: 68 SÓ: 10,5

Májgaluska leves
Főtt tojás
Sóskamártás
Főtt burgonya fél adag
Kakaós kevert sütemény

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 864
ZS: 29,3 TZS: 6,9 FH: 33,4
SZH:102,8 CK: 35,8 SÓ: 2

Édes gyökrékmleves
Leves gyöngy
Rántott halfilé
Kukoricás rizs
Tartármártás

Allergének:
1,3,4,7,9,10,12

EN: 1043
ZS: 38,8 TZS: 9,3 FH: 37,1
SZH: 131,2 CK: 9,2 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. Szezámag; 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. 12. 20.–2021. 12. 26.

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

Meggyleves
Tavaszi rizses hús
Csemege uborka

Allergének:
1,7,9,10,12

EN:880
ZS: 31,7 TZS: 8,3 FH: 28,1
SZH: 119,2 CK: 43,8 SÓ: 3,3

Bolognai spagetti
Reszelt sajt
Almalé 100%-os
Mandarin
Szaloncukor

Allergének:
1,6,7,9

EN: 1042
ZS: 42,4 TZS: 15 FH: 37,3
SZH: 126 CK: 61,9 SÓ: 3,3

Brokkoli leves
Pincepörkölt
Cékla savanyúság
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,10,12

EN: 838
ZS: 33 TZS: 7,7 FH: 31,3
SZH: 96,3 CK: 7,4 SÓ: 4,1

Daragaluska leves
Szezámmagos sertés fasírt
Fejtett babfőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Mákos bejgli

Allergének:
1,3,7,9,11

EN: 1250
ZS: 46,2 TZS: 12,3 FH: 49
SZH: 149 CK: 18,6 SÓ: 3,8

Ünnepnap

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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. Szezámmag; 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

Nyíregyháza

Felnőtt

2021. 12. 27.–2022. 01. 02.

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

Tarhonyaleves
Dinó szelet
Finomfőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Alma

Allergének:
1,7,12

EN:966
ZS: 29,3 TZS: 6,3 FH: 34,2
SZH:133,9 CK:25,3 SÓ: 2,9

Tojásleves
Rakott karfiol szárnyas hússal
Banán

Allergének:
1,3,7

EN: 799
ZS: 27,1 TZS: 6,6 FH: 32,4
SZH:97,9 CK: 52,3 SÓ: 0,7

Húsgaluska leves
Gránátos kocka
Cékla savanyúság

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN: 822
ZS: 31,4 TZS: 6,8 FH:30,1
SZH:101,3 CK: 10,8 SÓ: 3,3

Paradicsomleves
Szezámmagos rántott halfilé
Petrezselymes rizs
Csemege uborka

Allergének:
1,3,4,9,10,11,12

EN: 993
ZS: 28,8 TZS: 4 FH: 34,3
SZH:148,5 CK: 31,1 SÓ: 3,5

Csontleves
Brassó sertés aprópecsenye
Párolt lilakáposzta
Mandarin

Allergének:
1,3,9,12

EN: 892
ZS: 34,8 TZS: 9,1 FH: 31,3
SZH: 103,9 CK: 14,6 SÓ: 2,1

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. Szezámmag; 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.