

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Nyíregyháza

Tejmentes

2021. 11. 01.–2021. 11. 07.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

	Rizsital Extra dzsem Margarin Félbarna kenyér	Rizsital Petrezselymes margarinkrém Félbarna kenyér	Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek	Tejescskvé rizsitalból Méz Margarin Zsemle		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,3,12	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:	EN: 358	EN: 305	EN: 246	EN: 387	EN:	EN:
ZS:	ZS: 4	ZS: 6	ZS: 5,2	ZS: 4	ZS:	ZS:
TZS:	TZS: 0,8	TZS: 1,4	TZS: 1,5	TZS: 0,8	TZS:	TZS:
FH:	FH: 4,9	FH: 4,9	FH: 7,6	FH: 4,9	FH:	FH:
SZH:	SZH: 73,5	SZH: 55,9	SZH: 38,6	SZH: 80,3	SZH:	SZH:
CK:	CK: 23,5	CK: 6	CK: 7,7	CK: 31,5	CK:	CK:
SÓ:	SÓ: 1,3	SÓ: 1,4	SÓ: 1	SÓ: 0,9	SÓ:	SÓ:

EBÉD

Ünnepnap	Legényfogóleves Káposztás kocka Körte	Kukoricakrémleves Kenyérkocka Francia rakott burgonya Almakompót	Köménymag leves Kenyérkocka Sertés aprópecsenye Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Paradicsomleves Halfilé párizsiasan Kukoricás rizs Uborkasaláta		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1,3,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,10,12	<u>Allergének:</u> 1,10	<u>Allergének:</u> 1,3,4,9,10	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:	EN: 532	EN: 606	EN: 683	EN: 691	EN:	EN:
ZS:	ZS: 19,5	ZS: 15,3	ZS: 26,6	ZS: 21,5	ZS:	ZS:
TZS:	TZS: 3,8	TZS: 2,7	TZS: 5,9	TZS: 3	TZS:	TZS:
FH:	FH: 19,8	FH: 16,9	FH: 26,9	FH: 26,9	FH:	FH:
SZH:	SZH: 68,2	SZH: 92,1	SZH: 80,6	SZH: 96,5	SZH:	SZH:
CK:	CK: 7,3	CK: 10,1	CK: 8,4	CK: 21,2	CK:	CK:
SÓ:	SÓ: 0,3	SÓ: 1	SÓ: 2	SÓ: 2,8	SÓ:	SÓ:

UZSONNA

	Sárgarépás margarin Teljes kiőrlésű kenyér Újhagyma	Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Snidlinges margarinkrém Zsemle Zöldpaprika	Alma Sós kukoricapehely		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:	EN: 206	EN: 218	EN: 190	EN: 161	EN:	EN:
ZS:	ZS: 4,8	ZS: 4,7	ZS: 4,5	ZS: 2,7	ZS:	ZS:
TZS:	TZS: 1,4	TZS: 1,8	TZS: 1,2	TZS: 0,3	TZS:	TZS:
FH:	FH: 5	FH: 9,4	FH: 4,8	FH: 2,5	FH:	FH:
SZH:	SZH: 34	SZH: 32,5	SZH: 30,8	SZH: 30,3	SZH:	SZH:
CK:	CK: 0,4	CK: 1,2	CK: 0,6	CK: 10,1	CK:	CK:
SÓ:	SÓ: 1	SÓ: 1,6	SÓ: 0,8	SÓ: 0,2	SÓ:	SÓ:

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

Tejmentes

2021. 11. 08.–2021. 11. 14.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Kakaós rizsital Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:340 ZS: 4,5 TZS: 1,1 FH: 5,4 SZH:67,2 CK:18 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcsstea Csirkemell sonka Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 227 ZS: 3,8 TZS: 1 FH: 8,9 SZH:37,5 CK: 7,9 SÓ: 1,4</p>	<p>Vaníliástej rizsitalból Zöldfűszeres margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 351 ZS: 6 TZS: 1,4 FH:4,9 SZH:67,7 CK: 16 SÓ: 1,4</p>	<p>Gyümölcsstea Sárgabarack extra dzsem Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 247 ZS: 2,4 TZS: 0,6 FH: 4,5 SZH:49,6 CK: 20,5 SÓ: 0,7</p>	<p>Gyümölcsstea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 242 ZS: 4,7 TZS: 1,4 FH: 6,7 SZH: 40,1 CK: 9,5 SÓ: 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>
EBÉD	<p>Csontleves Sertés pörkölt Paradicsomos káposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10</p> <p>EN:656 ZS: 27,1 TZS: 6,5 FH: 27 SZH:73,4 CK:17,6 SÓ: 3,4</p>	<p>Karamellás körteleves Budapest sertés ragu Párolt rizs Vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN: 670 ZS: 22,2 TZS: 5,8 FH: 19,9 SZH:96,7 CK: 33,7 SÓ: 2,2</p>	<p>Sertés raguleves Spagetti carbonara Metélt Teljes kiőrlésű kenyér Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10</p> <p>EN: 797 ZS: 29,6 TZS: 7,8 FH:33,8 SZH:95,9 CK: 6,9 SÓ: 4,4</p>	<p>Almalé 100%-os Serpényös burgonya virslivel Cékla savanyúság Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN: 538 ZS: 13,3 TZS: 3,8 FH: 13,8 SZH:85 CK: 27,5 SÓ: 3,3</p>	<p>Mézes sütőtök krémleves Pirított magvak Kapormártás Sárgarépás rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,6,8,10,11,12</p> <p>EN: 605 ZS: 23 TZS: 2,9 FH: 12,1 SZH: 85,1 CK: 12 SÓ: 0,2</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>Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér Pritamin paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:211 ZS: 3,8 TZS: 1 FH: 9,2 SZH:33,2 CK:0,5 SÓ: 1,8</p>	<p>Brokkolikrém Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10</p> <p>EN: 216 ZS: 6,8 TZS: 3 FH: 5,5 SZH:31,7 CK: 0,4 SÓ: 0,9</p>	<p>Füstölt baromfi párizsi Margarin Zsemle Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 233 ZS: 7,9 TZS: 2,6 FH:8 SZH:30,7 CK: 0,7 SÓ: 1,3</p>	<p>Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 248 ZS: 9,1 TZS: 3,3 FH: 8,3 SZH:31,6 CK: 0,7 SÓ: 1,5</p>	<p>Mandarin Keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 6</p> <p>EN: 185 ZS: 5,4 TZS: 0,6 FH: 1,7 SZH: 30,8 CK: 15,8 SÓ: 0,3</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>

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

Tejmentes

2021. 11. 15.–2021. 11. 21.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Karamellás rizsital Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:323 ZS: 4 TZS: 0,8 FH: 4,8 SZH:64,7 CK:17,2 SÓ: 0,9</p>	<p>Rizsital Magyaros margarinkrém Félbarna kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 310 ZS: 6,1 TZS: 1,4 FH: 5,2 SZH:56,7 CK: 6 SÓ: 1,4</p>	<p>Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 248 ZS: 5,2 TZS: 1,5 FH:7,6 SZH:39,2 CK: 7,7 SÓ: 1</p>	<p>Rizsital Extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 358 ZS: 4 TZS: 0,8 FH: 4,9 SZH:73,5 CK: 23,5 SÓ: 1,3</p>	<p>Gyümölcsstea Sárgarépakrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN: 207 ZS: 2,7 TZS: 0,8 FH: 4,7 SZH: 39 CK: 7,6 SÓ: 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>
EBÉD	<p>Brokkoli leves Tarhonyás sertés húsházi csalamádé Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</p> <p>EN:544 ZS: 21,4 TZS: 5,1 FH: 23,1 SZH:64,5 CK:9,5 SÓ: 1,1</p>	<p>Daragaluska leves Szárnyas vagdalt Tököfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Gesztenye Marci</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10</p> <p>EN: 713 ZS: 24,4 TZS: 5,7 FH: 26,1 SZH:94,1 CK: 16,9 SÓ: 3,3</p>	<p>Kassai burgonyaleves Mákos guba Meggy öntet Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,8,10,11,12</p> <p>EN: 837 ZS: 27,6 TZS: 6,4 FH:18,6 SZH:121,3 CK: 41,8 SÓ: 1,8</p>	<p>Tojásleves Zöldborsós szárnyas ragu Párolt rizs Gyümölcskompót</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 546 ZS: 17 TZS: 2,6 FH: 23,7 SZH:73 CK: 10,8 SÓ: 2,1</p>	<p>Almaleves Rántott halfilé Burgonyapüré Uborkasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,10,12</p> <p>EN: 588 ZS: 14,1 TZS: 3 FH: 23,8 SZH: 87,5 CK: 14 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>Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:223 ZS: 6,3 TZS: 2,7 FH: 7,5 SZH:32,4 CK:0,8 SÓ: 1,5</p>	<p>Soproni felvágott Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 239 ZS: 8,7 TZS: 3,1 FH: 8 SZH:30,4 CK: 0,7 SÓ: 1,3</p>	<p>Petrezselymes margarinkrém Zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 189 ZS: 4,5 TZS: 1,2 FH:4,8 SZH:30,6 CK: 0,6 SÓ: 0,9</p>	<p>Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 197 ZS: 4,5 TZS: 1,8 FH: 8,8 SZH:28,8 CK: 1,1 SÓ: 1,4</p>	<p>Karfiolos zöldségpástétom Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 155 ZS: 1 TZS: 0,1 FH: 4,4 SZH: 30 CK: 0,6 SÓ: 0,7</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>

Allergénjelölés magyarázata: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földmogyoró; 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

Tejmentes

2021. 11. 22.–2021. 11. 28.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Rizsital Sárgabarack extra dzsem Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:339 ZS: 4,3 TZS: 1 FH: 5 SZH:67,4 CK:18,7 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcsstea Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 208 ZS: 2,8 TZS: 0,8 FH: 4,8 SZH:39 CK: 7,6 SÓ: 0,9</p>	<p>Gyümölcsstea Petrezselymes margarinkrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 213 ZS: 4,4 TZS: 1,2 FH:4,5 SZH:37 CK: 7,8 SÓ: 0,8</p>	<p>Tejeskávé rizsitalból Sárgabarack extra dzsem Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 378 ZS: 4 TZS: 0,8 FH: 5 SZH:77,8 CK: 29 SÓ: 0,9</p>	<p>Vaníliastej rizsitalból Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 336 ZS: 4,4 TZS: 1 FH: 5,2 SZH: 67 CK: 16 SÓ: 1,1</p>		
EBÉD	<p>Zellerkrémleves Kenyérkocka Édes-savanyú csirkecsikok Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,6,8,9,10,11,12</p> <p>EN:523 ZS: 16,3 TZS: 2,4 FH: 20,9 SZH:72,2 CK:7,2 SÓ: 3,9</p>	<p>Fejtett bableves Spagetti carbonara Spagetti Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10</p> <p>EN: 679 ZS: 19,9 TZS: 4,4 FH: 27,2 SZH:95,1 CK: 16,3 SÓ: 3,7</p>	<p>Tarhonya leves Rakott karfiol Teljes kiőrlésű kenyér Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 701 ZS: 29,7 TZS: 9,5 FH:24,5 SZH:80,1 CK: 2,4 SÓ: 1</p>	<p>Tavaszi leves Stefánia vagdalt Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Gesztenye Marci</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10</p> <p>EN: 754 ZS: 33,2 TZS: 9,3 FH: 26,6 SZH:84 CK: 13,7 SÓ: 3,1</p>	<p>Édes gyökekrémleves Kenyérkocka Parasztos csirkecomb Pírtott burgonya Vitaminsaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,9,10,12</p> <p>EN: 592 ZS: 16,6 TZS: 3,2 FH: 27,2 SZH: 78,2 CK: 10,9 SÓ: 2,8</p>		
UZSONNA	<p>Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:184 ZS: 2,8 TZS: 0,8 FH: 5,2 SZH:32,5 CK:0,4 SÓ: 0,9</p>	<p>Baromfi párizsi Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 232 ZS: 7,3 TZS: 2,3 FH: 7,7 SZH:31,9 CK: 0,8 SÓ: 1,5</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 208 ZS: 3,8 TZS: 1 FH:9,2 SZH:32,8 CK: 0,5 SÓ: 1,8</p>	<p>Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 246 ZS: 7,9 TZS: 2,8 FH: 8,6 SZH:33,7 CK: 0,7 SÓ: 1,7</p>	<p>Magyaros margarinkrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 185 ZS: 4,4 TZS: 1,2 FH: 4,5 SZH: 30,1 CK: 0,6 SÓ: 0,8</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

Tejmentes

2021. 11. 29.–2021. 12. 05.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Kakaós rizsital Sárgarépakrém Zsemle Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10</p> <p>EN:347 ZS: 4,3 TZS: 0,9 FH: 5,8 SZH:68,7 CK:18,3 SÓ: 1</p>	<p>Gyümölcsstea Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 262 ZS: 2,4 TZS: 0,6 FH: 4,4 SZH:54,1 CK: 22,8 SÓ: 1,1</p>	<p>Tejescsésze rizsitalból Sárgabarack extra dzsem Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 384 ZS: 4,3 TZS: 1 FH:5,1 SZH:78,7 CK: 28,8 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcsstea Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 201 ZS: 2,7 TZS: 0,8 FH: 4,5 SZH:37,8 CK: 7,6 SÓ: 0,9</p>	<p>Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 247 ZS: 5,3 TZS: 1,5 FH: 7,6 SZH: 38,9 CK: 7,7 SÓ: 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>
EBÉD	<p>Húsleves Főtt sertés szelet Gyümölcsmártás Pirított dara</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10</p> <p>EN:499 ZS: 21,1 TZS: 6 FH: 19,8 SZH:55,6 CK:10 SÓ: 1,2</p>	<p>Magyaros burgonyaleves Sertés vagdalt Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 889 ZS: 45,2 TZS: 7,8 FH: 25 SZH:91,5 CK: 11,3 SÓ: 2,2</p>	<p>Almalé 100%-os Bácskai rizses hús Csemege uborka édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 10,12</p> <p>EN: 524 ZS: 18 TZS: 4,8 FH:16,4 SZH:73,2 CK: 26,2 SÓ: 1,2</p>	<p>Frankfurti leves Almás lepény Kivi</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,9,10,12</p> <p>EN: 373 ZS: 16,6 TZS: 5,2 FH: 10,6 SZH:44,5 CK: 17,4 SÓ: 1</p>	<p>Minestrone leves Olaszos halfilé Penne tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,9,10</p> <p>EN: 444 ZS: 13,8 TZS: 1,8 FH: 18,5 SZH: 61,2 CK: 7,7 SÓ: 0,7</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>
UZSONNA	<p>Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:231 ZS: 6,3 TZS: 2,7 FH: 7,8 SZH:33,8 CK:0,8 SÓ: 1,5</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>Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 252 ZS: 9,1 TZS: 3,3 FH:8,5 SZH:32,2 CK: 0,5 SÓ: 1,5</p>	<p>Gépsonka Margarin Zsemle Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 212 ZS: 4,4 TZS: 1,7 FH: 9,2 SZH:31,6 CK: 1,4 SÓ: 1,4</p>	<p>Gesztenye Marci Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 89 ZS: 3,2 TZS: 2,8 FH: 1,1 SZH: 14 CK: 8,7 SÓ: 0</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 elnézést 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.