

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Nyíregyháza

Cukorbeteg 20-50-20 g CH

2022. 02. 07.–2022. 02. 13.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Csemege szalámi Vaj Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:238 ZS:13,7 TZS:7,1 FH:6,5 SZH:20,8 CK:0,6 SÓ:1,1</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Póréhagymás túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:165 ZS:3,7 TZS:2,3 FH:8,4 SZH:22,1 CK:0,7 SÓ:0,6</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,10,12</p> <p>EN:168 ZS:4,8 TZS:2,1 FH:5,6 SZH:23,1 CK:0,9 SÓ:0,7</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Diabetikus dzsem 1 db Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 3 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN:119 ZS:2,5 TZS:0,7 FH:2,3 SZH:20,8 CK:5,7 SÓ:0,5</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:154 ZS:4 TZS:2,3 FH:6,5 SZH:21,5 CK:1,3 SÓ:0,8</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>Tejfőlés zöldbaleves Tarhonyás sertéshús 20 dkg Házi csalamáde édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN:480 ZS:20,7 TZS:5,4 FH:19,5 SZH:51,7 CK:3 SÓ:1,1</p>	<p>Lebencsleves 2dl Főtt tojás Finomfőzelék édesítőszerrel 3 dl Teljes kiőrlésű kenyér 2 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN:443 ZS:15,7 TZS:3,6 FH:16,6 SZH:51,8 CK:9,1 SÓ:1,3</p>	<p>Nyírségi gombóclevés sertéshússal 3dl Mák szórát édesítőszerrel 25g Hosszúmetélt 12dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,8,9,10,11,12</p> <p>EN:516 ZS:25,3 TZS:5,8 FH:20,5 SZH:49 CK:2,7 SÓ:0,4</p>	<p>Köménymag leves Kenyérkocka Hentes sertés tokány Párolt rizs 12 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10,12</p> <p>EN:483 ZS:22,6 TZS:6,3 FH:19,3 SZH:50,3 CK:2 SÓ:3</p>	<p>Zellerkrémleves 3 dl Náтур halfilé Burgonyapüré 16 dkg Vegyes saláta édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9,10,11,12</p> <p>EN:460 ZS:15,8 TZS:3,8 FH:23,3 SZH:52,2 CK:2,1 SÓ:1,7</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>Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:171 ZS:6,5 TZS:4 FH:4,8 SZH:22,1 CK:1 SÓ:0,8</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:177 ZS:7,2 TZS:2,7 FH:5,7 SZH:21,2 CK:0,3 SÓ:1,1</p>	<p>Edami sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:213 ZS:9,5 TZS:5,5 FH:10,8 SZH:20,5 CK:0,3 SÓ:1,2</p>	<p>Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,10,12</p> <p>EN:172 ZS:4,9 TZS:2,1 FH:5,9 SZH:23,8 CK:0,8 SÓ:0,7</p>	<p>Náтур joghurt Kífi 0,5 db</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,8,11</p> <p>EN:153 ZS:4,9 TZS:3 FH:6,6 SZH:19,1 CK:6,4 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 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

Cukorbeteg 20-50-20 g CH

2022. 02. 14.–2022. 02. 20.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Gyümölcsstea édesítőszerrel Főtt tojás Kígyóborka Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN:148 ZS: 3 TZS: 0,9 FH: 6 SZH:21,2 CK:0,5 SÓ: 0,6</p>	<p>Gyümölcsstea édesítőszerrel Petrezselymes vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,8,12</p> <p>EN: 165 ZS: 6,5 TZS: 3,7 FH: 3,8 SZH:21,3 CK: 1,1 SÓ: 0,9</p>	<p>Gyümölcsstea édesítőszerrel Petrezselymes túró Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 164 ZS: 3,7 TZS: 2,3 FH:8,4 SZH:22 CK: 0,7 SÓ: 0,6</p>	<p>Gyümölcsstea édesítőszerrel Diabetikus dzsem Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 3 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 119 ZS: 2,5 TZS: 0,7 FH: 2,3 SZH:20,8 CK: 5,7 SÓ: 0,5</p>	<p>Gyümölcsstea édesítőszerrel Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 161 ZS: 4,3 TZS: 1,4 FH: 7,8 SZH: 21,6 CK: 0,5 SÓ: 1,3</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>
EBÉD	<p>Korhely leves Sajt Tejföl Hosszúmetélt 18dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN:580 ZS: 27,7 TZS: 13,2 FH: 25,3 SZH:50,8 CK:5,8 SÓ: 2,9</p>	<p>Zellerkrémleves 2 dl Borsos sertés tokány Pírtott burgonya 20dkg Csemege uborka édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN: 565 ZS: 28,2 TZS: 6,6 FH: 18,9 SZH:53,4 CK: 2,1 SÓ: 3,4</p>	<p>Tojásleves Rakott karfiol 35 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 658 ZS: 33,5 TZS: 10,6 FH:28,4 SZH:53,4 CK: 4,3 SÓ: 0,2</p>	<p>Zöldségleves Sült virsli Zöldbabfőzelék 3dl Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,11</p> <p>EN: 495 ZS: 23,6 TZS: 6,4 FH: 17,2 SZH:48,2 CK: 1,3 SÓ: 3,3</p>	<p>Paradicsomleves éd. 2 dl Natúr sertés szelet Zöldséges bulgur 15 dkg Vitaminaláta édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,7,8,9,10,11,12</p> <p>EN: 597 ZS: 28,1 TZS: 7 FH: 25,7 SZH: 52,3 CK: 5,4 SÓ: 2,5</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 4 dkg Póréhagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,8,12</p> <p>EN:174 ZS: 6,6 TZS: 3,7 FH: 4,4 SZH:22,9 CK:0,9 SÓ: 0,9</p>	<p>Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 187 ZS: 7,4 TZS: 2,4 FH: 6,4 SZH:22,6 CK: 0,4 SÓ: 1,4</p>	<p>Trappista sajtszelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 223 ZS: 10,3 TZS: 5,8 FH:10,2 SZH:21,1 CK: 0,4 SÓ: 1,2</p>	<p>Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 195 ZS: 7,1 TZS: 2 FH: 7,1 SZH:22,2 CK: 0,4 SÓ: 1,4</p>	<p>Kockasajt Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 201 ZS: 8,8 TZS: 5,5 FH: 6,9 SZH: 22,3 CK: 1,8 SÓ: 1,5</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 kiszolgáltatást 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

Cukorbeteg 20-50-20 g CH

2022. 02. 21.–2022. 02. 27.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,10,12</p> <p>EN:174 ZS: 4,9 TZS: 2,1 FH: 5,9 SZH:24 CK:0,9 SÓ: 0,7</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Finom túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 165 ZS: 3,8 TZS: 1,8 FH: 8,9 SZH:22,2 CK: 0,7 SÓ: 0,6</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 154 ZS: 3,8 TZS: 1,1 FH:7,5 SZH:21,2 CK: 0,5 SÓ: 1,3</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Diabetikus dzsem Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 3 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 119 ZS: 2,5 TZS: 0,7 FH: 2,3 SZH:20,8 CK: 5,7 SÓ: 0,5</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 154 ZS: 4 TZS: 2,3 FH: 6,5 SZH: 21,5 CK: 1,3 SÓ: 0,8</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 éd. 1,5dl Pirított dara 90g</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:453 ZS: 21,3 TZS: 6,6 FH: 19,8 SZH:42,7 CK:0,3 SÓ: 1,2</p>	<p>Minestrone leves édesítőszerrel Natúr csirke csíkok Majorannás burgonyafőzelék 2,5 dl</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 451 ZS: 16,4 TZS: 3,6 FH: 20,5 SZH:49,3 CK: 1,9 SÓ: 0,4</p>	<p>Bácskai rizses hús 22 dkg Vitaminálata édesítőszerrel Limonádé Alma 8 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 10,12</p> <p>EN: 486 ZS: 21,7 TZS: 6,1 FH:20,2 SZH:50,9 CK: 7,1 SÓ: 0,2</p>	<p>Bakonyi betyárleves sertéshússal Tejföl, túró Csusza tészta 120g</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10</p> <p>EN: 636 ZS: 32,3 TZS: 13 FH: 31,1 SZH:48,4 CK: 2,8 SÓ: 0,4</p>	<p>Tejfölös karalábéleves Natúr halfilé Tört burgonya 15 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9,10,11,12</p> <p>EN: 501 ZS: 20,9 TZS: 4,4 FH: 22,6 SZH: 49,2 CK: 1,5 SÓ: 0,6</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>
UZSONNA	<p>Kenőmájás Póréhagyma Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:180 ZS: 6,1 TZS: 2,6 FH: 6,4 SZH:23,6 CK:0,7 SÓ: 1,2</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 179 ZS: 7,4 TZS: 2,6 FH: 5,7 SZH:21,3 CK: 0,3 SÓ: 1,1</p>	<p>Edami sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 216 ZS: 9,6 TZS: 5,5 FH:11,1 SZH:21 CK: 0,3 SÓ: 1,2</p>	<p>Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 192 ZS: 7,2 TZS: 2,4 FH: 7,1 SZH:22,4 CK: 0,3 SÓ: 1,3</p>	<p>Karfiolos zöldségpástétom Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 110 ZS: 1,1 TZS: 0,2 FH: 3 SZH: 20,7 CK: 0,3 SÓ: 0,6</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>

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 kiszolgáltatást végző munkatársainknál! A szükség szerinti ételválogatásért 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.



DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Nyíregyháza

Cukorbeteg 20-50-20 g CH

2022. 02. 28.–2022. 03. 06.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Gyümölcs tea édesítőszerrel Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg <u>Allergének:</u> 1,12 EN:182 ZS: 7,3 TZS: 2,4 FH: 6 SZH:21,9 CK:0,6 SÓ: 1,4	Gyümölcs tea édesítőszerrel Petrezselymes vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg <u>Allergének:</u> 1,7,8,12 EN: 165 ZS: 6,5 TZS: 3,7 FH: 3,8 SZH:21,3 CK: 1,1 SÓ: 0,9	Gyümölcs tea édesítőszerrel Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér 3 dkg Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,3,7,8,10,12 EN: 149 ZS: 4,7 TZS: 2,1 FH:5,1 SZH:19,2 CK: 0,9 SÓ: 0,6	Gyümölcs tea édesítőszerrel Diabetikus dzsem Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 3 dkg <u>Allergének:</u> 1,12 EN: 119 ZS: 2,5 TZS: 0,7 FH: 2,3 SZH:20,8 CK: 5,7 SÓ: 0,5	Gyümölcs tea édesítőszerrel Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg <u>Allergének:</u> 1,12 EN: 182 ZS: 7,3 TZS: 2,4 FH: 6 SZH: 21,9 CK: 0,6 SÓ: 1,4		
EBÉD	Köménymag leves Kenyérkocka Borsos sertés tokány Rizibizsi 16 dkg <u>Allergének:</u> 1,10 EN:492 ZS: 22,1 TZS: 5,7 FH: 18,5 SZH:53,3 CK:1,2 SÓ: 2,4	Kertészleves Kolbásos rakott burgonya 25dkg Fejes saláta édesítőszerrel Alma 8 dkg <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,11,12 EN: 499 ZS: 21,1 TZS: 7,7 FH: 16,5 SZH:52 CK: 7 SÓ: 1,5	Sertés gulyásleves 3 dl Tejbedara édesítőszerrel 3dl Kakaós szórát édesítőszerrel <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12 EN: 478 ZS: 18,2 TZS: 6,5 FH:22,2 SZH:52,6 CK: 13,1 SÓ: 0,6	Csontleves Sült virsli Sárgaborsó főzelék 2,5dl Alma 8 dkg <u>Allergének:</u> 1,3,6,8,9,10,11 EN: 459 ZS: 16,3 TZS: 4,4 FH: 20,7 SZH:50 CK: 6,1 SÓ: 2,4	Gyümölcsleves éd. 2,5dl Csirkepörkölt Szarvacskaszerű tészta 120g Káposztasaláta édesítőszerrel <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12 EN: 384 ZS: 10,8 TZS: 2,3 FH: 21,1 SZH: 49,4 CK: 6,6 SÓ: 1,2		
UZSONNA	Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg <u>Allergének:</u> 1,7,8,12 EN:163 ZS: 6,5 TZS: 3,7 FH: 3,8 SZH:21 CK:0,9 SÓ: 0,9	Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1 EN: 184 ZS: 7,3 TZS: 2,4 FH: 6,3 SZH:22,3 CK: 0,4 SÓ: 1,4	Trappista sajtszelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 226 ZS: 10,4 TZS: 5,8 FH:10,3 SZH:21,4 CK: 0,4 SÓ: 1,2	Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1 EN: 158 ZS: 3,8 TZS: 1,1 FH: 7,9 SZH:21,7 CK: 0,4 SÓ: 1,4	Natúr joghurt Kífi 0,5 db <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,8,11 EN: 153 ZS: 4,9 TZS: 3 FH: 6,6 SZH: 19,1 CK: 6,4 SÓ: 0,3		

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. Szezámmag; 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.

