

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Nyíregyháza

Cukorbeteg 40-70-40 g CH Felső

2022. 02. 07.–2022. 02. 13.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Csemege szalámi Vaj Teljes kiőrlésű kenyér 8 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:341 ZS:14,2 TZS:7,2 FH:9,4 SZH:41,2 CK:0,8 SÓ:1,7</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Póréhagymás túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér 8 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:267 ZS:4,2 TZS:2,4 FH:11,4 SZH:42,5 CK:1 SÓ:1,2</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,10,12</p> <p>EN:245 ZS:5,1 TZS:2,2 FH:7,8 SZH:38,4 CK:1,1 SÓ:1,2</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Diabetikus dzsem 1 db Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN:222 ZS:2,9 TZS:0,8 FH:5,3 SZH:41,2 CK:6 SÓ:1,1</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér 8 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:257 ZS:4,5 TZS:2,4 FH:9,4 SZH:41,9 CK:1,6 SÓ:1,4</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>Tejfölös zöldbableves Sertéspörkölt 1,5dl Tarhonya 21 g Házi csalamádé édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN:673 ZS:29,3 TZS:7,5 FH:28 SZH:71,7 CK:4 SÓ:1,1</p>	<p>Lebencsleves 2 dl Főtt tojás Finomfőzelék édesítőszerrel 4 dl Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN:573 ZS:19,2 TZS:4,2 FH:20,5 SZH:71,2 CK:12,1 SÓ:1,7</p>	<p>Nyírségi gombóclevés 3 dl sertéshússal Mák szórát édesítőszerrel 50g Hosszúmetélt 18dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,8,9,10,11,12</p> <p>EN:738 ZS:36,3 TZS:7,6 FH:29,7 SZH:70,1 CK:3,6 SÓ:0,4</p>	<p>Köménymag leves 2dl Pírtott zsemlekocka 1dkg Hentes sertés tokány Párolt rizs 22 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,8,10,11,12</p> <p>EN:617 ZS:24,5 TZS:7,3 FH:24,3 SZH:74,9 CK:2,5 SÓ:3,1</p>	<p>Zellerkrémleves 3 dl Natúr halfilé Burgonyapüré 25 dkg Vegyes saláta édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9,10,11,12</p> <p>EN:582 ZS:18,2 TZS:4,8 FH:27,8 SZH:70,7 CK:2,8 SÓ:2,8</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>
UZSONNA	<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>	<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>	<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>	<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. Szezámmag; 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 40-70-40 g CH Felső

2022. 02. 14.–2022. 02. 20.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Gyümölcsstea édesítőszerrel
Főtt tojás
Teljes kiőrlésű kenyér 8 dkg
Kígyóborka

Allergének:
1,3,12

EN:251
ZS: 3,4 TZS: 1 FH: 9
SZH:41,6 CK:0,8 SÓ: 1,2

Gyümölcsstea édesítőszerrel
Petrezselymes vajkrém
Teljes kiőrlésű kenyér 8 dkg

Allergének:
1,7,8,12

EN: 267
ZS: 7 TZS: 3,8 FH: 6,8
SZH:41,7 CK: 1,3 SÓ: 1,4

Gyümölcsstea édesítőszerrel
Petrezselymes túró
Teljes kiőrlésű kenyér 8 dkg

Allergének:
1,7,12

EN: 282
ZS: 5 TZS: 2,9 FH:12,7
SZH:42,9 CK: 1 SÓ: 1,2

Gyümölcsstea édesítőszerrel
Diabetikus dzsem
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg

Allergének:
1,12

EN: 222
ZS: 2,9 TZS: 0,8 FH: 5,3
SZH:41,2 CK: 6 SÓ: 1,1

Gyümölcsstea édesítőszerrel
Pulykasonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér 8 dkg
Kígyóborka

Allergének:
1,12

EN: 264
ZS: 4,8 TZS: 1,5 FH: 10,8
SZH: 42 CK: 0,8 SÓ: 1,9

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Káposztás bableves sertéshússal
3 dl
Sajt sajtos tejfölös tésztához
Tejföl
Hosszúmetélt 18dkg

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:736
ZS: 32,6 TZS: 14,2 FH: 35,9
SZH:69 CK:5,7 SÓ: 2,2

Zellerkrémleves 4 dl
Borsos sertés tokány
Csemege uborka édesítőszerrel
Pirított burgonya 25 dkg

Allergének:
1,7,9,10,12

EN: 755
ZS: 38,7 TZS: 8,8 FH: 24,3
SZH:70,6 CK: 2,6 SÓ: 4,7

Tojásleves
Rakott karfiol 40 dkg
Teljes kiőrlésű kenyér 2 dkg

Allergének:
1,3,7,10

EN: 793
ZS: 37,8 TZS: 12,1 FH:33,6
SZH:70,5 CK: 5,1 SÓ: 0,5

Zöldségleves
Sült virsli
Zöldbabfőzelék 4 dl
Teljes kiőrlésű kenyér 6 dkg
Alma 12 dkg

Allergének:
1,3,6,7,9,10,11

EN: 654
ZS: 27,8 TZS: 7,4 FH: 21,2
SZH:72,4 CK: 10,1 SÓ: 3,6

Paradicsomleves éd. 3 dl
Natúr sertés szelet
Zöldséges bulgur 20 dkg
Vitaminaláta édesítőszerrel

Allergének:
1,3,5,7,8,9,10,11,12

EN: 741
ZS: 33,2 TZS: 8 FH: 30,7
SZH: 69,7 CK: 7,6 SÓ: 2,7

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:

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 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 40-70-40 g CH Felső

2022. 02. 21.–2022. 02. 27.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,10,12</p> <p>EN:251 ZS: 5,2 TZS: 2,2 FH: 8,2 SZH:39,3 CK:1,1 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Finom túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér 8 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 268 ZS: 4,2 TZS: 1,9 FH: 11,9 SZH:42,6 CK: 1 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 8 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 257 ZS: 4,3 TZS: 1,3 FH:10,5 SZH:41,6 CK: 0,8 SÓ: 1,9</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Diabetikus dzsem Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 222 ZS: 2,9 TZS: 0,8 FH: 5,3 SZH:41,2 CK: 6 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér 8 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 257 ZS: 4,5 TZS: 2,4 FH: 9,4 SZH: 41,9 CK: 1,6 SÓ: 1,4</p>		
EBÉD	<p>Húsleves Főtt sertés szelet Gyümölcsmártás éd. 2dl Pirított dara 10 dkg Pizzás táska</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:673 ZS: 31,4 TZS: 11,4 FH: 25,2 SZH:68,3 CK:1,8 SÓ: 2,1</p>	<p>Minestrone leves édesítőszerrel Natúr csirke csíkok Majorannás burgonyafőzelék 3 dl Teljes kiőrlésű kenyér 3 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 617 ZS: 20,7 TZS: 4,5 FH: 26,5 SZH:73 CK: 2,2 SÓ: 0,8</p>	<p>Szilvaleves éd. 2dl Bácsi rizses hús 25 dkg Vitaminsaláta édesítőszerrel Alma 8 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 607 ZS: 24,7 TZS: 7,3 FH:23,9 SZH:70,3 CK: 14,6 SÓ: 0,2</p>	<p>Bakonyi betyárleves sertéshússal 3,5 dl Tejföl, túró Csusza tészta 150g Körte 10 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10</p> <p>EN: 750 ZS: 33,8 TZS: 13,9 FH: 34,5 SZH:68,9 CK: 15,1 SÓ: 0,5</p>	<p>Tejfölös karalábéleves Natúr halfilé Főtt burgonya 25 dkg Almakompót édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9,10,11,12</p> <p>EN: 572 ZS: 14,9 TZS: 3,7 FH: 27,1 SZH: 73,6 CK: 1,5 SÓ: 0,6</p>		
UZSONNA	<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>	<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>	<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. Szezámmag; 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 40-70-40 g CH Felső

2022. 02. 28.–2022. 03. 06.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 8 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN:285 ZS: 7,8 TZS: 2,6 FH: 9 SZH:42,3 CK:0,9 SÓ: 2</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Petrezselymes vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér 8 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,8,12</p> <p>EN: 267 ZS: 7 TZS: 3,8 FH: 6,8 SZH:41,7 CK: 1,3 SÓ: 1,4</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,10,12</p> <p>EN: 252 ZS: 5,2 TZS: 2,2 FH:8,1 SZH:39,6 CK: 1,1 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Diabetikus dzsem Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 222 ZS: 2,9 TZS: 0,8 FH: 5,3 SZH:41,2 CK: 6 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcs tea édesítőszerrel Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér 8 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 285 ZS: 7,8 TZS: 2,6 FH: 9 SZH: 42,3 CK: 0,9 SÓ: 2</p>		
EBÉD	<p>Köménymag leves Kenyérkocka Borsos sertés tokány Rizibiz 25 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10</p> <p>EN:645 ZS: 27,2 TZS: 7 FH: 24,2 SZH:74,1 CK:1,5 SÓ: 2,4</p>	<p>Kertészleves Kolbásos rakott burgonya 30dkg Fejes saláta édesítőszerrel Körte 12 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,11,12</p> <p>EN: 614 ZS: 24,5 TZS: 9,2 FH: 19,3 SZH:68,2 CK: 16 SÓ: 1,7</p>	<p>Sertés gulyásleves 3 dl Tejbedara édesítőszerrel 3 dl Kakaós szórát édesítőszerrel Teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 589 ZS: 18,8 TZS: 6,7 FH:25,4 SZH:75,2 CK: 13,4 SÓ: 1,1</p>	<p>Csontleves Sült virsli Sárgaborsó főzelék 3dl Alma 12 dkg Teljes kiőrlésű kenyér 2 dkg</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,8,9,10,11</p> <p>EN: 582 ZS: 18,4 TZS: 4,8 FH: 25 SZH:69,7 CK: 9 SÓ: 2,8</p>	<p>Gyümölcsleves éd. 2dl Csirkepörkölt Szarvacskaszerű tészta 210g Káposztasaláta édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 504 ZS: 11,7 TZS: 2,4 FH: 28,4 SZH: 70,2 CK: 7 SÓ: 1,3</p>		
UZSONNA	<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>	<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>	<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. Csillagfű; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról érdeklődj kiszolgálást 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.

