

ÉTLAP

HUNGAST
Kérlek még!

Nyíregyháza

Felnőtt

2022. 03. 28.–2022. 04. 03.

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

Magyaros burgonyaleves
Csikós sertéstokány
Copfocska tészta
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:913
ZS: 37,9 TZS: 11,3 FH: 34,1
SZH:103,4 CK:16,4 SÓ: 1,5

Fahéjas almaleves
Zöldborsós csirkemáj
Párolt rizs
Káposztasaláta

Allergének:
1,7,12

EN: 882
ZS: 22,5 TZS: 4,6 FH: 33,9
SZH:134,6 CK: 38,8 SÓ: 3,3

Csirke raguleves
Dejós morzsás nudli
Vaníliás öntet

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 998
ZS: 19,2 TZS: 3 FH:41,2
SZH:131,7 CK: 25,1 SÓ: 2,6

Zöldségleves
Sertéspörkölt
Babfőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,7

EN: 903
ZS: 26,3 TZS: 8,2 FH: 44
SZH:114,5 CK: 3 SÓ: 3

Almalé 100%-os
Rántott sajt
Petrezselymes rizs
Amerikai káposztasaláta

Allergének:
1,3,7,10,12

EN: 1351
ZS: 58,4 TZS: 21,4 FH: 41,3
SZH: 162,1 CK: 30,8 SÓ: 3,7

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:

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

2022. 04. 04.–2022. 04. 10.

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

Eperkrémleves
Borsos sertéstokány
Bulgur
Csemege uborka

Allergének:
1,7,10,12

EN:984
ZS: 33,3 TZS: 9,8 FH: 31,1
SZH:123,3 CK:45,8 SÓ: 2,1

Vajas galuska leves
Csirke fasírt
Majorannás burgonyafőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 745
ZS: 17,4 TZS: 5,2 FH: 34,1
SZH:104,4 CK: 2,3 SÓ: 2,8

Kertészleves
Szabolcsi töltött káposzta
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,12

EN: 815
ZS: 24,9 TZS: 7,4 FH:38,9
SZH:102,9 CK: 43,6 SÓ: 10,2

Palócleves
Mákos metélt
Alma

Allergének:
1,7,12

EN: 1014
ZS: 36,2 TZS: 9 FH: 32,5
SZH:134,6 CK: 52,5 SÓ: 0,2

Brokkoli leves
Rántott halfilé
Zöldséges rizs
Tartármártás

Allergének:
1,3,4,7,9,10

EN: 999
ZS: 43,8 TZS: 8,8 FH: 33,8
SZH: 111,3 CK: 11 SÓ: 2,3

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 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

2022. 04. 11.–2022. 04. 17.

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

Tárkonyos zöldségleves
Sült virsli
Sárgaborsó főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:894
ZS: 36 TZS: 10,3 FH: 36,5
SZH:92,2 CK:2,3 SÓ: 4,6

Alföldi gulyásleves
Szilvátöltelkes gombóc
Fahéjas porcukor
Mandarin

Allergének:
1,3,9,12

EN: 1156
ZS: 31,8 TZS: 5,5 FH: 33,1
SZH:191,6 CK: 51,5 SÓ: 2

Pikáns karfiolkrémleves
Pírtott napraforgómag
Milánói makaróni
Reszelt sajt

Allergének:
1,6,7,12

EN: 934
ZS: 42,8 TZS: 11,5 FH:44,1
SZH:95,1 CK: 17,1 SÓ: 3,2

Lebbencsleves
Vadas sertésragu
Párolt rizs

Allergének:
1,7,9,10,12

EN: 882
ZS: 36,8 TZS: 10,8 FH: 27,5
SZH:105,3 CK: 10,2 SÓ: 0,7

Ünnepnap

Allergének:

EN: 0
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. 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

2022. 04. 18.–2022. 04. 24.

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:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Legényfogó leves
Káposztás kocka

Allergének:
1,7,9,10,12

EN: 773
ZS: 25,3 TZS: 5,7 FH: 29,8
SZH: 104,1 CK: 22,7 SÓ: 0,4

Tejfőlös karalábéleves
Kolbászos rakott burgonya
Gyümölcskompót

Allergének:
1,3,6,7,12

EN: 888
ZS: 40 TZS: 15,4 FH: 24,9
SZH: 77,4 CK: 7,6 SÓ: 2,1

Köménymagleves
Pirított zsemlekocka
Stefánia vagdalt
Zöldborsófőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7

EN: 898
ZS: 33,1 TZS: 8,3 FH: 38,4
SZH: 106,6 CK: 14,6 SÓ: 2,4

Paradicsomleves
Szezámagos rántott halfilé
Karottás rizs
Vitaminsaláta

Allergének:
1,3,4,9,11,12

EN: 986
ZS: 26,9 TZS: 3,7 FH: 34,6
SZH: 150,3 CK: 37,5 SÓ: 4,2

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. 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

Nyíregyháza

Felnőtt

2022. 04. 25.–2022. 05. 01.

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 aprópecsenye
Paradicsomos káposztafőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,9

EN:761
ZS:33,3 TZS:7,8 FH:27,9
SZH:84,3 CK:16,4 SÓ:3,9

Karamellás körteleves
Mexikói sertésragu
Párolt rizs

Allergének:
1,7,12

EN:994
ZS:40,1 TZS:11,5 FH:25,9
SZH:130,8 CK:46,8 SÓ:1,2

Lencseleves
Teljes kiőrlésű kenyér
Túrós csusza
Alma

Allergének:
1,3,7,10

EN:1052
ZS:28,1 TZS:12,3 FH:41,5
SZH:147,8 CK:15,8 SÓ:2,9

Daragaluska leves
Paprikásburgonya virslivel
Cékla savanyúság
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,6,9,10,12

EN:799
ZS:31,8 TZS:12,9 FH:23,3
SZH:92,8 CK:7,3 SÓ:5,2

Zöldségszószes
Színes levesgyöngy
Roston sült csirkemell
Sajtmártás
Mexikói rizs

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:769
ZS:22,5 TZS:5,3 FH:45,4
SZH:93,6 CK:8,7 SÓ:1,3

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. Csillagfű; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti ételváltoztatásért 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.