

Nyíregyháza

Felnőtt

2023.04.03.–2023.04.09.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap	
TÍZÓRAI	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>							
EBÉD	<p>Tejfőlés zöldbaleves Tarhonyás hús Almakompót</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:792 ZS: 33,3 TZS: 9,7 FH: 32 SZH:86,5 CK:10,5 SÓ: 0,2</p>	<p>Magyaros karfiollevés Sertésfasírt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Húsvéti desszert</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 834 ZS: 36,4 TZS: 12,3 FH: 29,2 SZH:91,3 CK: 18,6 SÓ: 3</p>	<p>Csirkeguleves Meggyes-mákos kevert sütemény Vaníliás öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 635 ZS: 14,8 TZS: 3,1 FH:28,2 SZH:95 CK: 55,9 SÓ: 1,1</p>	<p>Tojásleves Zöldborsós csirkeragu Párolt rizs Lilakóposzta saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 820 ZS: 28,5 TZS: 5,7 FH: 33,2 SZH:106,6 CK: 17 SÓ: 1,7</p>	<p>ÜNNEPNAP</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 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>
UZSONNA	<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. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzettel! Az ételapváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézést kérjük, megértésed köszönjük. A 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Nyíregyháza

Felnőtt

2023.04.10.–2023.04.16.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Allergének: EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:						
EBÉD	ÜNNEPNAP Allergének: EN:0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	Lebbencsleves Rakott brokkoli Allergének: 1,7,12 EN: 638 ZS: 34,4 TZS: 10,9 FH: 26,6 SZH: 49,9 CK: 3,9 SÓ: 0,5	Zöldségleves Sertéspörkölt Magyaros burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Allergének: 1,12 EN: 720 ZS: 26,1 TZS: 6,9 FH: 28,9 SZH: 85,4 CK: 2,1 SÓ: 1,5	Paradicsomleves Rántott csirkemell Zöldséges bulgur Vitaminsaláta Allergének: 1,3,9,12 EN: 1075 ZS: 20,4 TZS: 2,5 FH: 48,7 SZH: 161,4 CK: 39,7 SÓ: 1,3	Bableves Tejbedara Kakaós szórát Mandarin Allergének: 1,7,9 EN: 667 ZS: 12,8 TZS: 4 FH: 24,7 SZH: 105,1 CK: 49,5 SÓ: 0,5	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:						

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. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzettel! Az ételváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézést kérjük, megértésed köszönjük. A 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A **HÜSMENTES PÉNTEK** fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Nyíregyháza

Felnőtt

2023.04.17.–2023.04.23.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>						
EBÉD	<p>Húsleves Főtt sertésszelet Gyümölcsmártás Főtt burgonya</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:671 ZS: 14,6 TZS: 3,8 FH: 31,2 SZH:96,8 CK:26,6 SÓ: 1,1</p>	<p>Magyaros gombaleves Dino szelet Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 905 ZS: 30,8 TZS: 5,7 FH: 35,9 SZH:115,6 CK: 14,8 SÓ: 3,2</p>	<p>Fahéjas almaleves Bácskai rizseshús Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 853 ZS: 32,5 TZS: 10,1 FH:27,5 SZH:110,4 CK: 31,6 SÓ: 2,2</p>	<p>Frankfurti leves Szilvalekváros derelye Fahéjas porcukor Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 1408 ZS: 41 TZS: 6,7 FH: 34,9 SZH:211 CK: 19,2 SÓ: 3,9</p>	<p>Újhadymás burgonyakréMLEVES Vegetáriánus bolognai ragu Spagetti Sajt szórat Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,9,12</p> <p>EN: 837 ZS: 23,1 TZS: 8,4 FH: 36,3 SZH: 115,6 CK: 25 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>
UZSONNA	<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. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzetnél! Az ételváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézést kérjük, megértésed köszönjük. A 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Nyíregyháza

Felnőtt

2023.04.24.–2023.04.30.

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

Almalé 100%-os
Rántott sajt
Párolt rizs
Tartármártás

Allergének:
1,3,7,10

EN:1205
ZS: 58 TZS: 16,9 FH: 28,5
SZH:137,5 CK:38,3 SÓ: 2,2

Köménymaglevés
Pirított zsemlekocka
Húsgombóc
Paradicsommártás
Főtt burgonya fél adag
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,9,12

EN: 869
ZS: 31,6 TZS: 7,3 FH: 28,3
SZH:112,3 CK: 25,5 SÓ: 2,6

Kertészleves
Csirkepaprikás
Szarvacska tésztás

Allergének:
1,7,12

EN: 669
ZS: 19,8 TZS: 4,2 FH:36,3
SZH:83,3 CK: 5,5 SÓ: 0,9

Daragaluska leves
Füstölt főtt húskockák
Sárgaborsófőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,9,12

EN: 753
ZS: 25,5 TZS: 5,7 FH: 43
SZH:90,2 CK: 1,5 SÓ: 5

Hamisgulyás
Dejós morzsás nudli
Vaníliás öntet
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 1046
ZS: 18,3 TZS: 2,6 FH: 25,3
SZH: 160,3 CK: 45,1 SÓ: 2,4

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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzettel! Az ételválogatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézésekért megértésed köszönjük. A 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.