

Nyíregyháza

Felnőtt

2024. 09. 02.–2024. 09. 08.

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
Bolognai sertésragu
Spagetti
Sajt szórat

Allergének:
1,7,9

EN:832
ZS: 33 TZS: 11,1 FH: 35,8
SZH:96,2 CK:34,8 SÓ: 0,89

Köménymagleves
Pirított zsemlekocka
Dino szelet
Zöldborsófőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Szilva

Allergének:
1,7

EN: 870
ZS: 29 TZS: 5,1 FH: 32,4
SZH:110,2 CK: 30,3 SÓ: 2,56

Babgulyás
Túrós derelye
Porcukor szórat
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,9

EN: 1366
ZS: 26,1 TZS: 6 FH:47,3
SZH:228,4 CK: 37,5 SÓ: 4,24

Zöldségleves
Főtt sertésszelet
Gyümölcsmártás
Pirított dara

Allergének:
1,3,7,12

EN: 706
ZS: 21,7 TZS: 11 FH: 29
SZH:91,8 CK: 28,9 SÓ: 1,07

Fokhagyma krémleves
Leves gyöngy
Rántott karfiol
Petrezselymes rizs
Tartármártás

Allergének:
1,3,7,10

EN: 1180
ZS: 45 TZS: 11,2 FH: 26,8
SZH: 162,1 CK: 14,9 SÓ: 2,64

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 kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén 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, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést 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.



A **HÜSMENTES PÉNTEK**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Nyíregyháza

Felnőtt

2024. 09. 09.–2024. 09. 15.

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

Zöldsgékrémleves
Pirított zsemlekocka
Sertéspörkölt
Szarvacska tészta
Cékla savanyúság

Allergének:
1,7,9,10

EN:843
ZS: 30,3 TZS: 8,5 FH: 36
SZH:104,1 CK:15,4 SÓ: 2,29

Zöldborsóleves
Húsgombóc
Paradicsommártás
Főtt burgonya fél adag
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,9,12

EN: 759
ZS: 25,6 TZS: 6,5 FH: 28,9
SZH:96,6 CK: 27,5 SÓ: 2,03

Almás szilvakrémleves
Rántott csirkemell
Petrezselymes rizs
Coleslow

Allergének:
1,3,7,10,12

EN: 1091
ZS: 22,4 TZS: 3,8 FH:43,4
SZH:176,5 CK: 49,2 SÓ: 2,29

Daragaluska leves
Sertésfasírt
Sárgaborsófőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Szőlő

Allergének:
1,3,9,12

EN: 890
ZS: 30,5 TZS: 8,4 FH: 39,9
SZH:102,6 CK: 20,5 SÓ: 2,67

Hamisgulyás
Dejós morzsás nudli
Vaníliás öntet
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 1039
ZS: 18,1 TZS: 2,5 FH: 25,2
SZH: 158,9 CK: 45,1 SÓ: 2,75

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 kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén 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. Puhatestűk. Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás ételről érdeklődj kizsgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. 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.



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Nyíregyháza

Felnőtt

2024. 09. 16.–2024. 09. 22.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap	
TÍZÓRAI	Allergének:							
EN:	EN:							
ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:
SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:
EBÉD	<p>Lebbencsleves Sült virsli Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p>Allergének: 1,7,12</p> <p>EN:652 ZS: 31,4 TZS: 12,2 FH: 23,5 SZH:65,5 CK:15,6 SÓ: 3,38</p>	<p>Paradicsomleves Csirkebrassói Házi vegyes saláta</p> <p>Allergének: 1,3,9,12</p> <p>EN: 937 ZS: 29,1 TZS: 6,9 FH: 34,6 SZH:123,3 CK: 41,5 SÓ: 1,75</p>	<p>Sertésraguleves Darás metélt Eperöntet</p> <p>Allergének: 1,3,9,12</p> <p>EN: 828 ZS: 26,4 TZS: 5,7 FH:28,3 SZH:117,1 CK: 25,7 SÓ: 0,48</p>	<p>Édes gyökekrémleves Leves gyöngy Panírozott halrúd Kukoricás rizs Tartármártás</p> <p>Allergének: 1,3,4,7,9,10,12</p> <p>EN: 1007 ZS: 45,5 TZS: 10 FH: 30,7 SZH:117,3 CK: 14,3 SÓ: 3,14</p>	<p>Zöldségleves Főtt tojás Sóskamártás Főtt burgonya fél adag Félbarna kenyér Gesztenyerúd</p> <p>Allergének: 1,3,7,12</p> <p>EN: 602 ZS: 17,2 TZS: 6 FH: 25,8 SZH: 72,7 CK: 11,8 SÓ: 1,54</p>	Allergének:		
UZSONNA	Allergének:							
EN:	EN:							
ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:
SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztyszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért 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.



A **HÜSMENTES PÉNTEK** fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Nyíregyháza

Felnőtt

2024. 09. 23.–2024. 09. 29.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>						
EBÉD	<p>Brokkolikrémleves Pirított zsemlekocka Pincepörkölt Csalamádé Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN:702 ZS: 26,4 TZS: 8 FH: 31 SZH:77 CK:6,6 SÓ: 3,09</p>	<p>Almalé 100%-os Temesvári sertésragu Copfocska tészta Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 843 ZS: 31,5 TZS: 10 FH: 29 SZH:107,7 CK: 29,4 SÓ: 0,98</p>	<p>Gyümölcsleves Párolt csirkemell Sajtmártás Pritaminos rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 743 ZS: 14,3 TZS: 4,9 FH:42,1 SZH:109,3 CK: 43,8 SÓ: 2,05</p>	<p>Csontleves Lenmagos sertésfasírt Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 939 ZS: 38,7 TZS: 10,6 FH: 42,9 SZH:99 CK: 19,2 SÓ: 3,25</p>	<p>Tejfőlös burgonyaleves Sárgabarackos gombóc Porcukor szórat Szőlő</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 1258 ZS: 17,7 TZS: 4,7 FH: 20,9 SZH: 190,4 CK: 52,1 SÓ: 1,46</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>						

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztyszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén 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 kizsoltató munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért 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.



A **HÜSMENTES PÉNTEK** fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Nyíregyháza

Felnőtt

2024. 09. 30.–2024. 10. 06.

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

Tarhonyaleves
Dino szelet
Zöldborsófőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,7,12

EN:831
ZS: 24,4 TZS: 5,6 FH: 34,1
SZH:108,2 CK:17,7 SÓ: 3

Húsgaluska leves
Burgonyás tészta
Cékla savanyúság

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN: 779
ZS: 29,9 TZS: 6,3 FH: 28
SZH:95,7 CK: 12,5 SÓ: 2,91

Paradicsomleves
Grillfűszeres csirkemell
Párolt rizs
Fűszeres karotta kukoricával

Allergének:
1,3,9,10

EN: 878
ZS: 26,9 TZS: 4,3 FH:40,8
SZH:116,8 CK: 29,4 SÓ: 1,78

Tojásleves
Svéd húsgolyó
Barnamártás
Burgonyapüré
Szilva

Allergének:
1,3,6,7,10,12

EN: 894
ZS: 43,6 TZS: 16,4 FH: 24,2
SZH:104,6 CK: 22,8 SÓ: 4,29

Zöldborsókrémleves
Leves gyöngy
Rántott sajt
Kukoricás rizs
Tartármártás

Allergének:
1,3,7,10,12

EN: 1199
ZS: 56,5 TZS: 19,3 FH: 40,3
SZH: 131,1 CK: 20,7 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. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás ételről érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.