

Nyíregyháza

Kollégium E Felső

2026. 04. 06.–2026. 04. 10.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

REGGELI

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:

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:

EBÉD

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
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:

VACSORA

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 ételsoroknál keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következők 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 ételről érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES NAP fenntarthatósági program az MTVSZ szakmai ajánlásával jött létre.



Magyar Természetvédők Szövetsége Föld Barátai Magyarországon

Nyíregyháza

Kollégium E Felső

2026. 04. 13.–2026. 04. 17.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

REGGELI

Gyümölcsstea
Zala felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1

EN:241
ZS:7,7
SZH:33,6
TZS:2,8
CK:7,8
FH:7,7
SÓ:1,26

Gyümölcsstea
Körözött (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kígyóborka

Allergének:
1,7

EN:203
ZS:2,7
SZH:34,6
TZS:1,4
CK:8,8
FH:8,4
SÓ:0,79

Tej (7)
Fahéjas csiga (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:300
ZS:11,5
SZH:40,4
TZS:6,5
CK:21,9
FH:8,9
SÓ:0,45

Gyümölcsstea
Tojásrántotta (3,7)
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,3,7

EN:347
ZS:15,6
SZH:33,7
TZS:2,7
CK:8,1
FH:15,9
SÓ:1,32

Gyümölcsstea
Szalámis-sajtos melegszendvics (1,7)

Allergének:
1,7

EN:342
ZS:17,1
SZH:31,7
TZS:8,9
CK:7,8
FH:14,4
SÓ:1,75

TÍZÓRAI

Tej (7)
Sárgabarack extra dzsem
Margarin
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:283
ZS:5,6
SZH:47,6
TZS:2,8
CK:22
FH:10,4
SÓ:0,93

Gyümölcsstea
Reszelt sajt (7)
Margarin
Félbarna kenyér (1)
Jégcsapretek

Allergének:
1,7

EN:245
ZS:8
SZH:33,6
TZS:4,6
CK:8
FH:9,1
SÓ:1,1

Gyümölcsstea
Magyaros vajkrém (7)
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Kígyóborka

Allergének:
1,7

EN:208
ZS:4,5
SZH:35,2
TZS:2,8
CK:8,6
FH:5,1
SÓ:0,79

Tejeskávé (7)
Fatörzs kifli (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:309
ZS:6,5
SZH:48,8
TZS:3,5
CK:23,4
FH:9,9
SÓ:0,63

Gyümölcsstea
Vaníliás túrókrém (7)
Zsemle (1)

Allergének:
1,7

EN:232
ZS:2,7
SZH:41,4
TZS:1,4
CK:12,1
FH:8,4
SÓ:0,66

EBÉD

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Vadas sertésragu (1,7,9,10,12)
Makaróni tészta (1)
Mandarin

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:604
ZS:22,4
SZH:77,6
TZS:5,7
CK:19,1
FH:20,7
SÓ:0,88

Gyümölcsleves (1,7,12)
Paprikás burgonya virslivel (12)
Cékla savanyúság (10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,10,12

EN:637
ZS:22,6
SZH:84,6
TZS:9,1
CK:27,6
FH:18,2
SÓ:3,89

Sárgaborsó krémléves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Rántott sajt (1,7)
Sárgarépás rizs
Tartármártás (3,7,10)

Allergének:
1,3,7,10

EN:845
ZS:39,9
SZH:95
TZS:10,6
CK:12,6
FH:23,9
SÓ:1,99

Tarhonyaleves (1,12)
Csirkepörkölt (1)
Tököfőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,12

EN:435
ZS:12,1
SZH:54
TZS:3
CK:12,3
FH:20,9
SÓ:2,28

Paradicsomleves (1,3,9)
Rántott halfilé (1,3,4)
Zöldséges bulgur (1)
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,3,4,9

EN:717
ZS:14
SZH:113,8
TZS:2,1
CK:24,2
FH:25,6
SÓ:1,34

UZSONNA

Sajtkrém (7)
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:181
ZS:2,4
SZH:30,9
TZS:1,1
CK:1,8
FH:7,5
SÓ:0,9

Sertéspárizsi
Margarin
Zsemle (1)

Allergének:
1

EN:230
ZS:7,8
SZH:30,3
TZS:2,7
CK:0,7
FH:7,7
SÓ:1,28

Ostya szelet (1,3,6,7)
Alma

Allergének:
1,3,6,7

EN:197
ZS:8,4
SZH:26,3
TZS:2,1
CK:16,4
FH:2,5
SÓ:0,04

Gépsonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kígyóborka

Allergének:
1

EN:188
ZS:4,4
SZH:27,1
TZS:1,5
CK:1
FH:8,6
SÓ:1,6

Kockasajt (7)
Teljes kiőrlésű kifli (1)

Allergének:
1,7

EN:175
ZS:6,2
SZH:21,9
TZS:3,8
CK:1,2
FH:6,4
SÓ:1,2

VACSORA

Gyümölcsstea
Hamburger (1,3,6,7,10,12)

Allergének:
1,3,6,7,10,12

EN:620
ZS:26,6
SZH:73,8
TZS:11
CK:18,4
FH:19,7
SÓ:2,66

Limonádé (12)
Langalló (1,7)

Allergének:
1,7,12

EN:437
ZS:19,7
SZH:49,9
TZS:9,9
CK:13
FH:14,4
SÓ:1,4

Álföldi húsos galuska (1,3)
Cékla savanyúság (10)

Allergének:
1,3,10

EN:622
ZS:27,3
SZH:69,1
TZS:10
CK:8
FH:22,7
SÓ:2,53

Sertés vagdalt (1,3)
Majonézes burgonyasaláta (3,7,10,12)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:640
ZS:35,7
SZH:55,4
TZS:10,7
CK:12
FH:19,3
SÓ:1,38

Májkrém (1)
Félbarna kenyér (1)
Jégcsapretek
Gyümölcsstea

Allergének:
1

EN:258
ZS:6,8
SZH:38,7
TZS:2,3
CK:8,6
FH:9,7
SÓ:1,68

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyezéssel előfordulhatnak a következők 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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás ételről érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést biztosítunk. 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES NAP fenntarthatósági program az MTVSZ szakmai ajánlásával jött létre.

Magyar Természetvédők Szövetsége
Föld Barátai Magyarországon

Nyíregyháza

Kollégium E Felső

2026. 04. 20.–2026. 04. 24.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

REGGELI

Gyümölcsstea
Csirkemell sonka
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)

Allergének:
1

EN:212
ZS:3,8
SZH:34,6

TZS:1,2
CK:7,9

FH:8,4
SÓ:1,34

Kakaós tej (7)
Teavaj (7)
Búzakorpás diákrúd (1,7)

Allergének:
1,7

EN:380
ZS:14,2
SZH:48,7

TZS:8,7
CK:22,6

FH:10,7
SÓ:0,97

Gyümölcsstea
Sajtszelet (7)
Margarin
Zsemle (1)
Jégcsapretek

Allergének:
1,7

EN:269
ZS:7,9
SZH:37,8

TZS:4,4
CK:8,1

FH:9,7
SÓ:1,1

Gyümölcsstea
Bundás kenyér (1,3,7)
Zöldpaprika

Allergének:
1,3,7

EN:484
ZS:20,2
SZH:57,6

TZS:2,5
CK:8,9

FH:14,7
SÓ:1,47

Fahéjas almás zabkása (1,7)

Allergének:
1,7

EN:282
ZS:7,8
SZH:41

TZS:4
CK:23

FH:10,1
SÓ:0,36

TÍZÓRAI

Tej (7)
Méz
Margarin
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:292
ZS:5,6
SZH:51,4

TZS:2,8
CK:26,4

FH:10,4
SÓ:0,93

Gyümölcsstea
Sajtkrém (7)
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:195
ZS:2,4
SZH:35,9

TZS:1,1
CK:8,9

FH:7
SÓ:0,95

Tejescské (7)
Briós (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:345
ZS:7,4
SZH:55,8

TZS:3,9
CK:26,2

FH:9,9
SÓ:0,68

Gyümölcsstea
Sajtos pogácsa (1,3,7,12)

Allergének:
1,3,7,12

EN:196
ZS:6,5
SZH:29,9

TZS:3,2
CK:7,8

FH:3,4
SÓ:1,1

Gyümölcsstea
Soproni felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kígyóborka

Allergének:
1

EN:250
ZS:8,3
SZH:34,5

TZS:3,1
CK:8,2

FH:7,7
SÓ:1,44

EBÉD

Almalé 100%-os
Bácskai rizseshús
Csemegeborka (10,12)

Allergének:
10,12

EN:625
ZS:23,4
SZH:85,6

TZS:6,2
CK:28,4

FH:16,3
SÓ:1,84

Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9)
Túrós derelye (1,7)
Porcukor szórat
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Alma

Allergének:
1,3,7,9

EN:923
ZS:16,2
SZH:160,2

TZS:2,3
CK:45,7

FH:31,3
SÓ:2,39

Lebbencsleves (1,12)
Főtt tojás (3)
Zöldborsófőzelék (1,7)
Mandarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,12

EN:493
ZS:9,4
SZH:68,3

TZS:3,5
CK:21,9

FH:23,3
SÓ:1,13

Húsleves (1,3,12)
Főtt sertéshús
Meggymártás (1,7)
Pírtott dara (1)

Allergének:
1,3,7,12

EN:633
ZS:17
SZH:90

TZS:9,7
CK:33,8

FH:25,4
SÓ:1,01

Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Pírtott zsemle (1)
Bolognai sertésragu (9)
Spagetti (1)
Sajt szórat (7)

Allergének:
1,7,9,12

EN:750
ZS:32,1
SZH:79,3

TZS:11,5
CK:12,5

FH:34
SÓ:1,42

UZSONNA

Kenőmájás
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Paradicsom

Allergének:
1

EN:220
ZS:7,9
SZH:27,9

TZS:2,8
CK:1,2

FH:7,9
SÓ:1,21

Füstölt pulykapárizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1

EN:219
ZS:7,7
SZH:28,4

TZS:2,7
CK:1

FH:7,6
SÓ:1,28

Vajkrém (7)
Félbarna kenyér (1)
Kígyóborka

Allergének:
1,7

EN:170
ZS:4,6
SZH:26,8

TZS:2,8
CK:1,1

FH:5
SÓ:0,84

Paprikás salámi
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Jégcsapretek

Allergének:
1

EN:226
ZS:9
SZH:27,4

TZS:3,3
CK:0,5

FH:7,5
SÓ:1,24

Piros gyümölcsös joghurt (7)
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

EN:246
ZS:2,5
SZH:44

TZS:0,8
CK:16,1

FH:8,5
SÓ:0,65

VACSORA

Sertésflekken
Hagymás tört burgonya (12)
Párolt káposzta

Allergének:
12

EN:495
ZS:18,2
SZH:59,3

TZS:1,4
CK:12

FH:15,3
SÓ:0,99

Házi vegyes saláta
Sült csirkecomb
Rizibizi

Allergének:

EN:664
ZS:18,4
SZH:60,1

TZS:1,2
CK:9,2

FH:49,4
SÓ:3,44

Tarhonyás hús (1)
Cékla savanyúság (10)

Allergének:
1,10

EN:504
ZS:19,2
SZH:62,7

TZS:4,3
CK:9,7

FH:19,3
SÓ:1,6

Gyümölcsstea
Orosz hússaláta (3,7,10,12)
Zsemle (1)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:655
ZS:25,9
SZH:80

TZS:7,5
CK:17,7

FH:18,2
SÓ:2,11

Kockasajt (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika
Gyümölcsstea

Allergének:
1,7

EN:233
ZS:6,2
SZH:35,6

TZS:3,8
CK:9,3

FH:6,8
SÓ:1,3

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyezéssel 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 a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést biztosítunk. 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES NAP fenntarthatósági program az MTVSZ szakmai ajánlásával jött létre.



Magyar Természetvédők Szövetsége
Föld Barátai Magyarországon

Nyíregyháza

Kollégium E Felső

2026. 04. 27.–2026. 05. 01.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

REGGELI

Gyümölcsstea
Főtt tojás (3)
Félbarna kenyér (1)
Kígyóuborka

Allergének:
1,3

EN:198
ZS:3
SZH:33,6
TZS:1
CK:8,1
FH:6,7
SÓ:0,73

Gyümölcsstea
Paprikás szalámi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1

EN:258
ZS:9,1
SZH:34,6
TZS:3,3
CK:8,5
FH:7,5
SÓ:1,29

Tej (7)
Dzsungel gabonapehely (1,6)

Allergének:
1,6,7

EN:240
ZS:3,9
SZH:41
TZS:2,1
CK:21
FH:9,7
SÓ:0,52

Tej (7)
Lekváros bukta (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:283
ZS:7,4
SZH:43,4
TZS:3,2
CK:18,9
FH:10,7
SÓ:0,51

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TÍZÓRAI

Tej (7)
Foszlós kalács (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:295
ZS:9,2
SZH:41,6
TZS:4,7
CK:16,8
FH:11,9
SÓ:0,74

Tej (7)
Szamóca extra dzsem
Margarin
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:283
ZS:5,6
SZH:47,6
TZS:2,8
CK:22,2
FH:10,4
SÓ:0,93

Gyümölcsstea
Körözött (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:209
ZS:2,8
SZH:35,5
TZS:1,4
CK:9,4
FH:8,5
SÓ:0,78

Gyümölcsstea
Baromfi párizsi
Margarin
Félbarna kenyér (1)
Jégcsapretek

Allergének:
1

EN:229
ZS:6,8
SZH:34
TZS:1,9
CK:8,1
FH:7,7
SÓ:1,41

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EBÉD

Gulyásleves (1,3,9,12)
Mák szórat
Fodros metélt (1)
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9,12

EN:751
ZS:23,2
SZH:108,2
TZS:4,5
CK:29,6
FH:24,4
SÓ:0,66

Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Húsgombóc (3)
Paradicsommártás (1,9)
Főtt burgonya (12)

Allergének:
1,3,9,12

EN:553
ZS:20,3
SZH:68,1
TZS:5
CK:26,3
FH:20
SÓ:1,16

Zöldségkrémleves (1,7,9)
Leves gyöngy (1,3,7)
Szárnyas rizses hús
Alma kompót (12)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:687
ZS:26,6
SZH:83,4
TZS:5,1
CK:15,6
FH:24,5
SÓ:0,53

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Virslis
Gyöngybabfőzelék (1,7)
Mandarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:684
ZS:28,9
SZH:75,3
TZS:8,8
CK:9,8
FH:26,8
SÓ:2,34

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

UZSONNA

Natúr szendvicskrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:176
ZS:4,3
SZH:27,8
TZS:2
CK:1,4
FH:4,7
SÓ:0,86

Reszelt sajt (7)
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Kígyóuborka

Allergének:
1,7

EN:221
ZS:7,9
SZH:27,1
TZS:4,6
CK:0,4
FH:9,2
SÓ:1,01

Gépsonka
Margarin
Zsemle (1)
Paradicsom

Allergének:
1

EN:211
ZS:4,3
SZH:32
TZS:1,4
CK:1,3
FH:9,2
SÓ:1,54

Epres joghurt (7)
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

EN:247
ZS:2,1
SZH:46,5
TZS:0,8
CK:19,9
FH:7,8
SÓ:0,63

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

VACSORA

Gyümölcsstea
Sertésült
Majonézes kukoricasaláta (3,7,10,12)
Zsemle (1)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:398
ZS:12,8
SZH:45,8
TZS:0,9
CK:11,7
FH:17,6
SÓ:1,86

Tejfőlös túros sztrapačka (1,3,7,12)
Alma

Allergének:
1,3,7,12

EN:439
ZS:15,3
SZH:54,1
TZS:8
CK:13,3
FH:19,3
SÓ:1,06

Gyümölcsstea
Szalámis pizza (1,7)

Allergének:
1,7

EN:601
ZS:22,2
SZH:76,1
TZS:9,4
CK:16,4
FH:21,7
SÓ:1,58

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következők 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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES NAP fenntarthatósági program az MTVSZ szakmai ajánlásával jött létre.

Magyar Természetvédők Szövetsége
Föld Barátai Magyarországon