

Nyíregyháza

Felnőtt

2026. 05. 04.–2026. 05. 08.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

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

Édes gyökekrémleves (1,7,9,12)  
Leves gyöngy (1,3,7)  
Sertésbrassói (12)  
Csalamádé (10,12)

Allergének:  
1,3,7,9,10,12

EN:906  
ZS:40,1 TZS:13,6 FH:31,5  
SZH:94,7 CK:6,9 SÓ:2,86

Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)  
Sertésfasírt (1,3)  
Lencsefőzelék (1,7,10)  
Alma  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
1,3,7,10,12

EN:922  
ZS:38,6 TZS:10,5 FH:42,4  
SZH:94,6 CK:19,6 SÓ:3,01

Gulyásleves (1,3,9,12)  
Darás metélt (1)  
Sárgabarack extra dzsem

Allergének:  
1,3,9,12

EN:784  
ZS:21 TZS:3,9 FH:23,2  
SZH:123,1 CK:27,4 SÓ:0,4

Köménymagleves (1)  
Pirított zsemlekocka (1)  
Főtt tojás (3)  
Sós kamartás (7)  
Főtt burgonya (12)  
Gesztenyerúd

Allergének:  
1,3,7,12

EN:636  
ZS:23,2 TZS:7,4 FH:19,5  
SZH:76,6 CK:26,4 SÓ:0,79

Paradicsomleves (1,3,9)  
Kukorica morzsás csirkemell csík (1)  
Rizibizi  
Házi vegyes saláta

Allergének:  
1,3,9

EN:964  
ZS:28,7 TZS:3,8 FH:38  
SZH:134,4 CK:39,1 SÓ:2,76

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:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál 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. Szezámmag; 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.



A HÜSMENTES NAP  
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

# ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Nyíregyháza

Felnőtt

2026. 05. 11.–2026. 05. 15.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

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

Brokkolikrémléves (1,7,12)  
Pírított napraforgómag  
Édes-savanyú csirkecsikok (6,12)  
Párolt rizs

Allergének:  
1,6,7,12

EN:882  
ZS:32,3 TZS:5,3 FH:36,5  
SZH:107,9 CK:19 SÓ:1,98

Bagolyborsó leves (1,7,9)  
Paradicsomos tonhalas ragu (4)  
Orsó tészta (1)  
Sajt szórat (7)

Allergének:  
1,4,7,9

EN:888  
ZS:34,7 TZS:11,1 FH:44,1  
SZH:96 CK:10,4 SÓ:3,11

Tejfőlés burgonyaleves (1,7,9,12)  
Túrótöltelkes gombóc (1,7)  
Porcukor szórat  
Alma

Allergének:  
1,7,9,12

EN:949  
ZS:20,1 TZS:4,4 FH:22,4  
SZH:164,4 CK:37,8 SÓ:2,04

Tojásleves (1,3)  
Fokhagymás sertés aprópecsenye (1)  
Paradicsomos káposzta főzelék (1)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
1,3

EN:748  
ZS:37,3 TZS:8,3 FH:28,3  
SZH:68,6 CK:28,9 SÓ:1,8

Kukorica galuska leves (3,9)  
Natúr sertésszelet karajból  
Sajtmártás (7,12)  
Petrezselymes rizs  
Alma

Allergének:  
3,7,9,12

EN:886  
ZS:31,9 TZS:5,3 FH:31,7  
SZH:110,1 CK:16,4 SÓ:2,69

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:

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. Szezámmag; 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.



A HÜSMENTES NAP  
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Nyíregyháza

Felnőtt

2026. 05. 18.–2026. 05. 22.

**hétfő**
**kedd**
**szerda**
**csütörtök**
**péntek**

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

 Tarhonyaleves (1,12)  
 Sertéspörkölt (1)  
 Zöldborsófőzelék (1,7)  
 Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
 1,7,12

 EN:657  
 ZS:17,5 TZS:5,9 FH:32  
 SZH:84,4 CK:18,2 SÓ:1,45

 Húsgaluska leves (1,3,7,9,12)  
 Burgonyás tészta (1,12)  
 Cékla savanyúság (10)

Allergének:  
 1,3,7,9,10,12

 EN:749  
 ZS:28 TZS:5,8 FH:26,3  
 SZH:94,5 CK:12,2 SÓ:2,83

 Vöröslencse krémleves (1,7,12)  
 Leves gyöngy (1,3,7)  
 Rántott sajt (1,7)  
 Sárgarépás rizs  
 Tartármártás (3,7,10)

Allergének:  
 1,3,7,10,12

 EN:1326  
 ZS:62,5 TZS:19,6 FH:43,7  
 SZH:130,6 CK:20,3 SÓ:3,48

 Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)  
 Rakott karfiol bulgurral (1,7)  
 Banán  
 Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
 1,3,7,12

 EN:937  
 ZS:33,2 TZS:9,6 FH:36,6  
 SZH:111,5 CK:23,1 SÓ:2,16

 Paradicsomleves (1,3,9)  
 Rántott sertésszelet (1,3)  
 Petrezselymes burgonya (12)  
 Coleslaw (3,7,10,12)

Allergének:  
 1,3,7,9,10,12

 EN:1042  
 ZS:31,2 TZS:6 FH:40,7  
 SZH:141 CK:33,5 SÓ:1,44

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:

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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést 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.


 A HÜSMENTES NAP  
 fenntarthatósági program a


szakmai ajánlásával jött létre.

# ÉTLAP

HUNGAST

Kérek még!

Nyíregyháza

Felnőtt

2026. 05. 25.–2026. 05. 29.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

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

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Daragaluska leves (1,3,9,12)  
Dino szelet (1)  
Majorannás burgonyafőzelék (1,7,12)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
Alma

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:729  
ZS:21,6 TZS:3,7 FH:30,5  
SZH:96,6 CK:13,9 SÓ:2,6

Tárkonyos csirkeraguleves (1,7,9,12)  
Dejós morzsás nudli (1)  
Vaniliás öntet (7)

Allergének:  
1,7,9,12

EN:1027  
ZS:23 TZS:5,5 FH:32,6  
SZH:137,5 CK:34,6 SÓ:3,47

Zellerkrémleves (1,7,9,12)  
Pirított zsemlekočka (1)  
Vegetáriánus bolognai ragu (9)  
Spagetti (1)  
Reszelt sajt (7)

Allergének:  
1,7,9,12

EN:845  
ZS:26,3 TZS:10,6 FH:44,8  
SZH:101,9 CK:14 SÓ:1,5

Görög gyümölcsleves (1,7,12)  
Panírozott halrúd (1,4)  
Rizibizi  
Káposztasaláta

Allergének:  
1,4,7,12

EN:889  
ZS:18,9 TZS:2,8 FH:30,3  
SZH:145,2 CK:55,7 SÓ:2,15

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:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál 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 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.



A HÜSMENTES NAP  
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.