ÉTLAP

HUNGAST
Kérek még!

Nyíregyháza | Óvoda | 2026. 06. 01.–2026. 06. 05.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Vaníliás tej (7) Foszlós kalács (1,3,7) Allergének: 1,3,7 EN:320 ZS:8,2 TZS:4,1 FH:10,2 SZH:48,3 CK:26,4 SÓ:0,72	Gyümölcstea Körözött (7) Zsemle (1) Zöldpaprika Allergének: 1,7 EN:225 ZS:2,6 TZS:1,3 FH:9 SZH:39,2 CK:9,5 SÓ:0,73	Gyümölcstea Főtt tojás (3) Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3 EN:209 ZS:4,6 TZS:1,4 FH:6 SZH:33,1 CK:7,8 SÓ:0,84	Tej (7) Méz Margarin Félbarna kenyér (1) Allergének: 1,7 EN:292 ZS:5,6 TZS:2,8 FH:10,4 SZH:51,4 CK:26,4 SÓ:0,93	Gyümölcstea Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom Allergének: 1 EN:228 ZS:6,4 TZS:2,3 FH:6,4 SZH:34,4 CK:8 SÓ:1,22
EBÉD	Eperkrémleves (1,7,12) Borsos sertéstokány (1) Copfocska tészta (1) Csemegeuborka (10,12) Allergének: 1,7,10,12 EN:491 ZS:15,6 TZS:4,6 FH:15,7 SZH:70,9 CK:28,5 SÓ:1,63	Zöldborsóleves (1,3,9,12) Húsgombóc (3) Paradicsommártás (1,9) Főtt burgonya (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Szőlő Allergének: 1,3,9,12 EN:595 ZS:16,3 TZS:3,9 FH:18,7 SZH:87,9 CK:39,6 SÓ:1,38	Bableves füstölt hússal (1,3,9) Tejbedara (1,7) Kakaós szórat Alma Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,9 EN:495 ZS:13,5 TZS:5,8 FH:19,6 SZH:75,2 CK:36 SÓ:1,73	Tojásleves (1,3) Sajtos zöldségvagdalt napraforgómaggal (1,3,7) Burgonyapüré (7,12) Fejes saláta Allergének: 1,3,7,12 EN:450 ZS:18,7 TZS:4,3 FH:13,6 SZH:51,6 CK:7 SÓ:0,8	Pikáns karfiolkrémleves (1,7,12) Leves gyöngy (1,3,7) Rántott csirkemell (1,3) Petrezselymes rizs Tzatziki (7) Allergének: 1,3,7,12 EN:579 ZS:14,8 TZS:4,3 FH:28 SZH:82,3 CK:3,5 SÓ:1,05
UZSONNA	Kenőmájas Teljes kiőrlésű zsemle (1) Lilahagyma Allergének: 1 EN:192 ZS:5,3 TZS:1,9 FH:6,5 SZH:28,2 CK:1,3 SÓ:0,94	Füstölt pulykapárizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1 EN:187 ZS:6 TZS:2,1 FH:6 SZH:25,9 CK:0,4 SÓ:1,18	Csemege szalámi Margarin Zsemle (1) Kígyóuborka Allergének: 1 EN:216 ZS:6,9 TZS:2,3 FH:6,5 SZH:30,2 CK:0,7 SÓ:1,12	Sajtszelet (7) Margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1) Jégcsapretek Allergének: 1,7 EN:221 ZS:7,9 TZS:4,6 FH:9,1 SZH:27 CK:0,4 SÓ:1,04	Epres joghurt (7) Kifli (1,7) Allergének: 1,7 EN:247 ZS:2,1 TZS:0,8 FH:7,8 SZH:46,5 CK:19,9 SÓ:0,63

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. **Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel 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 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 HÚSMENTES NAP fenntarthatósági program a Magyar Természetvédők Szövetsége Föld Barátai Magyarország szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

HUNGAST
Kérek még!

Nyíregyháza | Óvoda | 2026. 06. 08.–2026. 06. 12.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Tej (7) Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér (1) Allergének: 1,7 EN:283 ZS:5,6 TZS:2,8 FH:10,4 SZH:47,6 CK:22 SÓ:0,93	Gyümölcstea Reszelt sajt (7) Margarin Zsemle (1) Jégcsapretek Allergének: 1,7 EN:268 ZS:7,9 TZS:4,4 FH:9,6 SZH:37,6 CK:8,1 SÓ:1,08	Gyümölcstea Magyaros vajkrém (7) Teljes kiőrlésű zsemle (1) Kígyóuborka Allergének: 1,7 EN:196 ZS:3,5 TZS:2,1 FH:4,8 SZH:34,8 CK:8,4 SÓ:0,74	Tejeskávé (7) Fatörzs kifli (1,3,7) Allergének: 1,3,7 EN:309 ZS:6,5 TZS:3,5 FH:9,9 SZH:48,8 CK:23,4 SÓ:0,63	Tej (7) Vaníliás túrókrém (7) Zsemle (1) Allergének: 1,7 EN:302 ZS:5,7 TZS:3,2 FH:14,2 SZH:43,2 CK:13,9 SÓ:0,92
EBÉD	Daragaluska leves (1,3,9,12) Ananászos csirkeragu (1,7) Párolt rizs Banán Allergének: 1,3,7,9,12 EN:497 ZS:10,2 TZS:1,2 FH:15,9 SZH:81,4 CK:16,2 SÓ:1,06	Almalé 100%-os Gyros csirkecsíkok Friss saláta Pirított burgonya (12) Joghurt öntet (7) Allergének: 7,12 EN:564 ZS:27,1 TZS:3,4 FH:18,5 SZH:56,3 CK:24 SÓ:0,68	Sárgaborsó krémleves (1) Színes levesgyöngy (1,3,7) Túró (7) Tejföl (7) Csusza tészta (1,3) Allergének: 1,3,7 EN:534 ZS:18,5 TZS:7,2 FH:21,8 SZH:66,2 CK:3,3 SÓ:1,35	Tarhonyaleves (1,12) Rakott zöldbab (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma Allergének: 1,7,12 EN:500 ZS:20,7 TZS:6,4 FH:18,4 SZH:57,1 CK:10,1 SÓ:0,96	Paradicsomleves (1,3,9) Panírozott halrúd (1,4) Zöldséges bulgur (1) Házi vegyes saláta Allergének: 1,3,4,9 EN:518 ZS:14,4 TZS:1,5 FH:17 SZH:73,7 CK:22,6 SÓ:1,3
UZSONNA	Sajtkrém (7) Teljes kiőrlésű zsemle (1) Zöldpaprika Allergének: 1,7 EN:165 ZS:1,8 TZS:0,8 FH:6,3 SZH:29,4 CK:1,3 SÓ:0,8	Sertéspárizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1 EN:189 ZS:6,2 TZS:2,2 FH:6 SZH:25,9 CK:0,4 SÓ:1,15	Ostyaszelet (1,3,6,7) Alma Allergének: 1,3,6,7 EN:184 ZS:8,4 TZS:2,1 FH:2,3 SZH:23,5 CK:13,6 SÓ:0,04	Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka Allergének: 1 EN:174 ZS:3,8 TZS:1,3 FH:7 SZH:26,6 CK:0,8 SÓ:1,32	Kockasajt (7) Teljes kiőrlésű kifli (1) Allergének: 1,7 EN:175 ZS:6,2 TZS:3,8 FH:6,4 SZH:21,9 CK:1,2 SÓ:1,2

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. **Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel 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 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 HÚSMENTES NAP fenntarthatósági program a Magyar Természetvédők Szövetsége Föld Barátai Magyarország szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

HUNGAST
Kérek még!

Nyíregyháza | Óvoda | 2026. 06. 15.–2026. 06. 19.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Tej (7) Méz Margarin Félbarna kenyér (1) Allergének: 1,7 EN:292 ZS:5,6 TZS:2,8 FH:10,4 SZH:51,4 CK:26,4 SÓ:0,93	Gyümölcstea Csicseriborsó krém (3,7,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kaliforniai paprika Allergének: 1,3,7,10 EN:198 ZS:2,4 TZS:0,7 FH:5,1 SZH:36,4 CK:8,4 SÓ:0,92	Kakaós tej (7) Briós (1,3,7) Allergének: 1,3,7 EN:353 ZS:7,7 TZS:4 FH:10,1 SZH:56,8 CK:28,2 SÓ:0,67	Gyümölcstea Vajas pogácsa (1,3,7) Allergének: 1,3,7 EN:197 ZS:3,4 TZS:1,6 FH:4,4 SZH:36,5 CK:11,4 SÓ:0,35	Gyümölcstea Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka Allergének: 1 EN:225 ZS:6,4 TZS:2,3 FH:6,4 SZH:34 CK:8 SÓ:1,22
EBÉD	Fahéjas almaleves (1,7,12) Rakott burgonya (3,6,7,12) Fejes saláta Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,6,7,12 EN:595 ZS:20 TZS:8,3 FH:16,5 SZH:74,3 CK:26,8 SÓ:1,73	Palócleves (1,7,12) Csokoládés gombóc (1,3,7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,12 EN:671 ZS:15,9 TZS:3,6 FH:21,1 SZH:103,7 CK:9,1 SÓ:1,62	Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12) Főtt tojás (3) Zöldborsófőzelék (1,7) Banán Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,12 EN:469 ZS:7,6 TZS:2,3 FH:20,4 SZH:71 CK:19,7 SÓ:1,16	Köménymagleves (1) Pirított kenyérkocka (1) Kukoricás csirkeragu (1,7) Párolt rizs Alma Allergének: 1,7 EN:509 ZS:19,4 TZS:4,7 FH:16,7 SZH:63,2 CK:9,8 SÓ:1,58	Almalé 100%-os Bolognai sertésragu (9) Teljes kiőrlésű spagetti (1) Sajt szórat (7) Allergének: 1,7,9 EN:577 ZS:22,9 TZS:8 FH:24,6 SZH:64,5 CK:30 SÓ:0,51
UZSONNA	Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom Allergének: 1 EN:190 ZS:5,4 TZS:1,9 FH:6,5 SZH:27,1 CK:0,9 SÓ:1,04	Füstölt pulykapárizsi Margarin Zsemle (1) Allergének: 1 EN:207 ZS:5,8 TZS:1,9 FH:6,6 SZH:30,1 CK:0,7 SÓ:1,13	Vajkrém (7) Félbarna kenyér (1) Kígyóuborka Allergének: 1,7 EN:158 ZS:3,6 TZS:2,2 FH:4,6 SZH:26,4 CK:0,9 SÓ:0,79	Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1) Jégcsapretek Allergének: 1 EN:200 ZS:6,8 TZS:2,5 FH:6,3 SZH:27,1 CK:0,5 SÓ:1,06	Túró rudi (6,7) Kifli (1,7) Allergének: 1,6,7 EN:236 ZS:5,4 TZS:4,1 FH:7,6 SZH:38,2 CK:11,6 SÓ:0,56

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. **Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel 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 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 HÚSMENTES NAP fenntarthatósági program a Magyar Természetvédők Szövetsége Föld Barátai Magyarország szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

HUNGAST
Kérek még!

Nyíregyháza | Óvoda | 2026. 06. 22.–2026. 06. 26.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Gyümölcstea Sajtos kifli (1,7) Allergének: 1,7 EN:156 ZS:1,5 TZS:0,8 FH:3,6 SZH:31,3 CK:8,1 SÓ:0,54	Tej (7) Dzsungel gabonapehely (1,6) Allergének: 1,6,7 EN:240 ZS:3,9 TZS:2,1 FH:9,7 SZH:41 CK:21 SÓ:0,52	Tej (7) Körözött (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,7 EN:260 ZS:5,7 TZS:3,4 FH:14,7 SZH:36,1 CK:10,8 SÓ:0,98	Epres joghurt (7) Kifli (1,7) Allergének: 1,7 EN:247 ZS:2,1 TZS:0,8 FH:7,8 SZH:46,5 CK:19,9 SÓ:0,63	Gyümölcstea Petrezselymes uborkás tojáskrém (3,10,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika Allergének: 1,3,10,12 EN:209 ZS:3,9 TZS:0,8 FH:5,6 SZH:34,9 CK:8,9 SÓ:0,93
EBÉD	Hamisgulyás (1,3,9,12) Nudli (1) Mák szórat Vaníliás öntet (7) Alma Allergének: 1,3,7,9,12 EN:701 ZS:13,8 TZS:2,8 FH:15 SZH:105,4 CK:37,1 SÓ:1,72	Zöldborsóleves (1,3,9,12) Paprikás burgonya virslivel (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kovászos uborka (1) Allergének: 1,3,9,12 EN:474 ZS:16,6 TZS:6,1 FH:16,3 SZH:60,7 CK:3 SÓ:3,32	Zöldségkrémleves (1,7,9) Pirított zsemlekocka (1) Csirkepörkölt (1) Tarhonya (1) Színes vegyessaláta (12) Allergének: 1,7,9,12 EN:448 ZS:11,9 TZS:2,5 FH:23,8 SZH:59,8 CK:9,8 SÓ:0,72	Daragaluska leves (1,3,9,12) Sertésfasírt (1,3) Lencsefőzelék (1,7,10) Alma Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,9,10,12 EN:593 ZS:21,8 TZS:6 FH:26,3 SZH:68,3 CK:13,2 SÓ:1,96	Őszibarack krémleves (1,12) Panírozott halrúd (1,4) Kukoricás rizs Tartármártás (3,7,10) Allergének: 1,3,4,7,10,12 EN:569 ZS:21,2 TZS:4,2 FH:15,2 SZH:78,5 CK:26,6 SÓ:1,65
UZSONNA	Natúr szendvicskrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika Allergének: 1,7 EN:163 ZS:3,4 TZS:1,6 FH:4,4 SZH:27,1 CK:1,1 SÓ:0,82	Reszelt sajt (7) Teavaj (7) Félbarna kenyér (1) Paradicsom Allergének: 1,7 EN:253 ZS:12,2 TZS:8 FH:8,9 SZH:26,5 CK:0,6 SÓ:0,97	Gépsonka Margarin Zsemle (1) Kígyóuborka Allergének: 1 EN:194 ZS:3,7 TZS:1,1 FH:7,6 SZH:30,8 CK:1,1 SÓ:1,27	Baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér (1) Jégcsapretek Allergének: 1 EN:180 ZS:5,4 TZS:1,6 FH:6,3 SZH:26,3 CK:0,7 SÓ:1,19	Kockasajt (7) Kifli (1,7) Allergének: 1,7 EN:200 ZS:6,4 TZS:3,8 FH:6,9 SZH:27,8 CK:2,1 SÓ:1,13

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. **Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel 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 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 HÚSMENTES NAP fenntarthatósági program a Magyar Természetvédők Szövetsége Föld Barátai Magyarország szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

HUNGAST
Kérek még!

Nyíregyháza | Óvoda | 2026. 06. 29.–2026. 07. 03.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Kakaós tej (7) Foszlós kalács (1,3,7) Allergének: 1,3,7 EN:323 ZS:8,5 TZS:4,2 FH:10,5 SZH:48,1 CK:27,4 SÓ:0,72	Tej (7) Barackos túrókrém (7) Zsemle (1) Allergének: 1,7 EN:282 ZS:4,9 TZS:2,9 FH:14,1 SZH:43,8 CK:14,7 SÓ:0,85	Gyümölcstea Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1 EN:220 ZS:6 TZS:2,1 FH:6,4 SZH:33,4 CK:7,8 SÓ:1,1	Vaníliás tej (7) Kifli (1,7) Allergének: 1,7 EN:283 ZS:3,9 TZS:2 FH:10,1 SZH:48,1 CK:21,3 SÓ:0,8	Gyümölcstea Füstölt pulykapárizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1 EN:217 ZS:6 TZS:2,1 FH:6 SZH:33,3 CK:7,8 SÓ:1,18
EBÉD	Almalé 100%-os Sertésbrassói (12) Káposztasaláta Allergének: 12 EN:544 ZS:19,8 TZS:6,2 FH:15,9 SZH:69,7 CK:29,8 SÓ:0,78	Zöldségleves Fokhagymás sertés aprópecsenye (1) Sárgaborsófőzelék (1) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1 EN:471 ZS:16,1 TZS:4,1 FH:21,5 SZH:52,3 CK:2,3 SÓ:1,14	Gulyásleves (1,3,9,12) Darás metélt (1) Sárgabarack extra dzsem Meggy Allergének: 1,3,9,12 EN:523 ZS:12,3 TZS:2,3 FH:14,5 SZH:85,6 CK:28,6 SÓ:0,25	Köménymagleves (1) Pirított zsemlekocka (1) Rántott karfiol (1,3) Petrezselymes burgonya (12) Gesztenyerúd Allergének: 1,3,12 EN:548 ZS:15,3 TZS:3,4 FH:13,6 SZH:83,6 CK:8,4 SÓ:0,53	Paradicsomleves (1,3,9) Kukorica morzsás csirkemell csík (1) Petrezselymes rizs Házi vegyes saláta Allergének: 1,3,9 EN:552 ZS:16,9 TZS:2,3 FH:18 SZH:80,8 CK:21,3 SÓ:1,57
UZSONNA	Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér (1) Újhagyma Allergének: 1 EN:193 ZS:5,4 TZS:1,9 FH:6,5 SZH:27,9 CK:0,9 SÓ:1,04	Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek Allergének: 1 EN:197 ZS:7 TZS:2,5 FH:5,9 SZH:26,1 CK:0,4 SÓ:1,21	Vajkrém (7) Zsemle (1) Kígyóuborka Allergének: 1,7 EN:183 ZS:3,5 TZS:2 FH:5,3 SZH:30,6 CK:1 SÓ:0,79	Sajtszelet (7) Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kápia paprika Allergének: 1,7 EN:221 ZS:8 TZS:4,6 FH:9 SZH:26,5 CK:0,7 SÓ:1,1	Sajtos kifli (1,7) Alma Allergének: 1,7 EN:157 ZS:1,5 TZS:0,8 FH:4 SZH:30,9 CK:7,7 SÓ:0,55

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. **Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel 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 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 HÚSMENTES NAP fenntarthatósági program a Magyar Természetvédők Szövetsége Föld Barátai Magyarország szakmai ajánlásával jött létre.