ÉTLAP

HUNGAST
Kérek még!

Nyíregyháza | Óvoda | 2026. 08. 31.–2026. 09. 04.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Tej (7) Csokis gabonagolyó (1,6) Allergének: 1,6,7 EN:246 ZS:4,6 TZS:2,3 FH:9 SZH:41,8 CK:23,8 SÓ:0,32	Gyümölcstea Körözött (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom Allergének: 1,7 EN:153 ZS:2,5 TZS:1,4 FH:6,8 SZH:24,7 CK:8,7 SÓ:0,5	Gyümölcstea Majonézes tojáskrém (3,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,10 EN:205 ZS:4 TZS:0,8 FH:5,5 SZH:33,9 CK:8,5 SÓ:0,9	Tej (7) Reszelt sajt (7) Margarin Félbarna kenyér (1) Allergének: 1,7 EN:300 ZS:11 TZS:6,6 FH:15,3 SZH:35 CK:10 SÓ:1,25	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
EBÉD	Brokkolikrémleves (1,7,12) Pirított tökmag Pincepörkölt (12) Vegyes kompót (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,7,12 EN:500 ZS:16,6 TZS:4,1 FH:18,9 SZH:61,7 CK:10,8 SÓ:0,96	Tejfölös karalábéleves (1,3,7) Bolognai spagetti (bio tésztával) (1,9) Sajt szórat (7) Allergének: 1,3,7,9 EN:569 ZS:26,9 TZS:9,5 FH:23,4 SZH:56,9 CK:8,3 SÓ:1,08	Bableves (1,3,9) Túrótöltelékes gombóc (1,7) Vaníliás tejföl (7) Alma Allergének: 1,3,7,9 EN:643 ZS:15,4 TZS:4,4 FH:18,9 SZH:104,5 CK:21,3 SÓ:1,32	Tojásleves (1,3) Rakott karfiol kölessel (1,7) Banán Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7 EN:592 ZS:24,9 TZS:6,4 FH:20,1 SZH:66,3 CK:14,6 SÓ:1,27	Gyümölcsleves (1,7,12) Rántott csirkemell (1,3) Petrezselymes rizs Káposztasaláta Allergének: 1,3,7,12 EN:603 ZS:10 TZS:1,8 FH:25,8 SZH:101,3 CK:27,9 SÓ:0,95
UZSONNA	Vajkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika Allergének: 1,7 EN:167 ZS:3,7 TZS:2,1 FH:4,7 SZH:27 CK:1,1 SÓ:0,84	Barackos joghurt (7) Kifli (1,7) Allergének: 1,7 EN:231 ZS:2 TZS:1 FH:8,8 SZH:44 CK:14,9 SÓ:0,67	Sertéspárizsi Margarin Zsemle (1) Kígyóuborka Allergének: 1 EN:211 ZS:6,1 TZS:2 FH:6,8 SZH:30,5 CK:0,7 SÓ:1,1	Gépsonka Margarin Zsemle (1) Salátalevél Allergének: 1 EN:193 ZS:3,7 TZS:1,1 FH:7,5 SZH:30,7 CK:1,1 SÓ:1,27	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. 09. 07.–2026. 09. 11.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Karamellás tej (7) Fahéjas csiga (1,3,7) Allergének: 1,3,7 EN:353 ZS:11,5 TZS:6,3 FH:8,1 SZH:51,2 CK:32,7 SÓ:0,51	Tej (7) Majonézes tonhalkrém (3,4,10) Félbarna kenyér (1) Allergének: 1,3,4,7,10 EN:263 ZS:7,1 TZS:2,5 FH:13,5 SZH:35,9 CK:10,7 SÓ:1,1	Gyümölcstea Vaníliás túrókrém (7) Zsemle (1) Allergének: 1,7 EN:232 ZS:2,7 TZS:1,4 FH:8,4 SZH:41,4 CK:12,1 SÓ:0,66	Tej (7) Csokoládékrém (6,7) Zsemle (1) Allergének: 1,6,7 EN:355 ZS:11,4 TZS:3,9 FH:11,9 SZH:49,9 CK:17,8 SÓ:0,89	Gyümölcstea Főtt tojás (3) Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika Allergének: 1,3 EN:215 ZS:4,6 TZS:1,4 FH:6,2 SZH:34 CK:8,2 SÓ:0,84
EBÉD	Tarhonyaleves (1,12) Sertéspörkölt (1) Zöldborsófőzelék (1,7) Szilva Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,7,12 EN:483 ZS:9,8 TZS:3,3 FH:21 SZH:71,4 CK:25 SÓ:1,03	Csirkebecsinált leves (1,7,9,12) Burgonyás tészta (1,12) Házi vegyes saláta Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,7,9,12 EN:493 ZS:12,5 TZS:2 FH:17,5 SZH:72,1 CK:8,6 SÓ:1,41	Vöröslencse krémleves (1,7,12) Leves gyöngy (1,3,7) Rántott sajtgolyó (1,7) Sárgarépás rizs Tartármártás (3,7,10) Allergének: 1,3,7,10,12 EN:565 ZS:22,3 TZS:7 FH:17 SZH:62,8 CK:7,3 SÓ:2,02	Daragaluska leves (1,3,9,12) Sertésfasírt (1,3) Kelkáposztafőzelék (1,12) Szőlő Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,9,12 EN:456 ZS:15,6 TZS:3,6 FH:16,6 SZH:59,4 CK:19,4 SÓ:1,74	Paradicsomleves (1,3,9) Natúr sertésszelet karajból Pecsenyelé (1,12) Párolt rizs Fűszeres karotta kukoricával Allergének: 1,3,9,12 EN:529 ZS:18,7 TZS:2,5 FH:15,8 SZH:70,5 CK:17,3 SÓ:1,23
UZSONNA	Kenőmájas Hosszú zsemle (1,6) Kápia paprika Allergének: 1,6 EN:227 ZS:5,5 TZS:2,1 FH:8,2 SZH:35,9 CK:0,9 SÓ:1,06	Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1) Kígyóuborka Allergének: 1 EN:198 ZS:6,3 TZS:2,3 FH:6,5 SZH:27,6 CK:0,6 SÓ:1,12	Natúr szendvicskrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek Allergének: 1,7 EN:160 ZS:3,3 TZS:1,6 FH:4,4 SZH:26,6 CK:0,7 SÓ:0,86	Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka Allergének: 1 EN:197 ZS:6,9 TZS:2,5 FH:6,2 SZH:26 CK:0,5 SÓ:1,12	Mese fit Detki keksz (1) Alma Allergének: 1 EN:255 ZS:8,9 TZS:4,1 FH:4,1 SZH:38,2 CK:18,1 SÓ:0,21

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. 09. 14.–2026. 09. 18.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	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	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	Gyümölcstea Sajtkrém (7) Félbarna kenyér (1) Allergének: 1,7 EN:181 ZS:1,8 TZS:0,8 FH:5,9 SZH:34,9 CK:8,6 SÓ:0,85	Gyümölcstea Petrezselymes uborkás tojáskrém (3,10,12) Zsemle (1) Allergének: 1,3,10,12 EN:222 ZS:3,6 TZS:0,6 FH:5,9 SZH:38,2 CK:8,8 SÓ:0,87	Tej (7) Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom Allergének: 1,7 EN:263 ZS:6,5 TZS:3 FH:13,6 SZH:36,2 CK:9,8 SÓ:1,42
EBÉD	Zellerkrémleves (1,7,9,12) Pirított napraforgómag Tarhonyás hús csirkehússal (1) Szilva kompót (12) Allergének: 1,7,9,12 EN:479 ZS:16 TZS:2,2 FH:20,3 SZH:58,2 CK:14,8 SÓ:0,79	Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12) Dino szelet (1) Majorannás burgonyafőzelék (1,7,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,12 EN:470 ZS:12,4 TZS:2,3 FH:18,4 SZH:66,4 CK:3 SÓ:1,84	Sertésraguleves (1,3,9) Dejós morzsás nudli (1) Vaníliás öntet (7) Alma Allergének: 1,3,7,9 EN:681 ZS:15,1 TZS:3,6 FH:18,6 SZH:96 CK:29,3 SÓ:1,8	Hamisgulyás (1,3,9,12) Vegetáriánus chilis bab Teljes kiőrlésű kenyér (1) Szőlő Allergének: 1,3,9,12 EN:470 ZS:4,8 TZS:0,6 FH:20,9 SZH:82,7 CK:23,7 SÓ:1,27	Karamellás körteleves (1,7,12) Panírozott halrúd (1,4) Rizibizi Káposztasaláta Allergének: 1,4,7,12 EN:519 ZS:12,2 TZS:2,1 FH:17,6 SZH:81,9 CK:29 SÓ:1,27
UZSONNA	Magyaros vajkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek Allergének: 1,7 EN:164 ZS:3,6 TZS:2,1 FH:4,7 SZH:26,5 CK:1 SÓ:0,87	Zala felvágott Margarin Zsemle (1) Zöldpaprika Allergének: 1 EN:215 ZS:5,9 TZS:2 FH:7,3 SZH:31,1 CK:1 SÓ:1,05	Sertéspárizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1) Salátalevél Allergének: 1 EN:194 ZS:6,1 TZS:2,2 FH:6,2 SZH:27,1 CK:0,4 SÓ:1,05	Reszelt sajt (7) Margarin Félbarna kenyér (1) Zöldpaprika Allergének: 1,7 EN:216 ZS:8 TZS:4,6 FH:9 SZH:26,5 CK:0,9 SÓ:1,05	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. 09. 21.–2026. 09. 25.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Vaníliás tej (7) Margarin Foszlós kalács (1,3,7) Allergének: 1,3,7 EN:338 ZS:10,2 TZS:4,7 FH:10,3 SZH:48,4 CK:26,4 SÓ:0,8	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 Mediterrán tonhalkrém (4,7,10,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,4,7,10,12 EN:193 ZS:2,7 TZS:1 FH:6,7 SZH:33,6 CK:8,3 SÓ:0,88	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 Főtt tojás (3) Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom Allergének: 1,3 EN:214 ZS:4,6 TZS:1,4 FH:6,2 SZH:33,9 CK:7,8 SÓ:0,84
EBÉD	Eperkrémleves (1,7,12) Borsos sertéstokány (1) Bulgur (1) Uborkasaláta Allergének: 1,7,12 EN:501 ZS:15,8 TZS:4,5 FH:13,9 SZH:69,3 CK:26,4 SÓ:0,59	Zöldborsóleves (1,3,9,12) Paradicsomos húsgombóc (1,9) Főtt burgonya (12) Banán Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,9,12 EN:620 ZS:16,2 TZS:3,8 FH:19,2 SZH:93,9 CK:30 SÓ:1,49	Bableves füstölt hússal (1,3,9) Mákos metélt (1) Szilva Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,9 EN:599 ZS:16,7 TZS:2,4 FH:20,7 SZH:92,6 CK:28,3 SÓ:1,33	Tejfölös karfiolleves (1,3,7) Sajtos zöldségvagdalt (1,3,7) Burgonyapüré (7,12) Színes vegyessaláta (12) Allergének: 1,3,7,12 EN:391 ZS:12,4 TZS:4,7 FH:11,6 SZH:53,6 CK:7,8 SÓ:0,79	Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12) Kukorica morzsás csirkemell csík (1) Mexikói rizs Coleslaw (3,7,10,12) Allergének: 1,3,7,10,12 EN:456 ZS:16,3 TZS:2,3 FH:17,7 SZH:58 CK:5,5 SÓ:1,89
UZSONNA	Kenőmájas Teljes kiőrlésű zsemle (1) Jégcsapretek Allergének: 1 EN:190 ZS:5,3 TZS:1,9 FH:6,6 SZH:27,7 CK:0,9 SÓ:0,98	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	Soproni felvágott Margarin Zsemle (1) Kígyóuborka Allergének: 1 EN:215 ZS:6,3 TZS:2,2 FH:7 SZH:30,8 CK:0,9 SÓ:1,17	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. 09. 28.–2026. 10. 02.

	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) Paradicsom Allergének: 1,7 EN:269 ZS:7,9 TZS:4,4 FH:9,6 SZH:38 CK:8,1 SÓ:1,05	Kakaós tej (7) Magyaros vajkrém (7) Teljes kiőrlésű zsemle (1) Jégcsapretek Allergének: 1,7 EN:318 ZS:6,8 TZS:4,1 FH:10,9 SZH:48,9 CK:22,1 SÓ:1,04	Tejeskávé (7) Kifli (1,7) Allergének: 1,7 EN:279 ZS:3,9 TZS:2 FH:10,2 SZH:46,8 CK:20,3 SÓ:0,81	Tej (7) Barackos túrókrém (7) Teljes kiőrlésű zsemle (1) Allergének: 1,7 EN:265 ZS:5 TZS:3,1 FH:13,5 SZH:40,6 CK:14,4 SÓ:0,8
EBÉD	Tarhonyaleves (1,12) Ananászos csirkeragu (1,7) Párolt rizs Körte Allergének: 1,7,12 EN:481 ZS:10,8 TZS:1,8 FH:15,8 SZH:75,3 CK:10,6 SÓ:0,99	Gyümölcsleves (1,7,12) Paprikás burgonya virslivel (12) Cékla savanyúság (10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,7,10,12 EN:488 ZS:15,4 TZS:6,2 FH:13,3 SZH:70 CK:25,7 SÓ:2,83	Sárgaborsó krémleves (1) Színes levesgyöngy (1,3,7) Túrós fodros metélt (1,7) Allergének: 1,3,7 EN:487 ZS:16,6 TZS:5 FH:21,1 SZH:60 CK:5 SÓ:0,46	Kukorica galuska leves (3,9) Csirkepörkölt (1) Tökfőzelék (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Piskóta szelet (1,3,6,7) Allergének: 1,3,6,7,9 EN:463 ZS:17,5 TZS:5 FH:16,5 SZH:59 CK:19 SÓ:1,79	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 napraforgómaggal (7) Teljes kiőrlésű zsemle (1) Zöldpaprika Allergének: 1,7 EN:171 ZS:2,3 TZS:0,8 FH:6,4 SZH:29,5 CK:1,3 SÓ:0,79	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) 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.