

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Budapest

Óvoda

2019.09.30.–2019.10.06.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Fahéjas csiga	Citromos tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér	Tej Mogyorós krém Félbarna kenyér	Kakaós tej Vajkrém Császárszemle	Gyümölcsstea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,8,10,11	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,5,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:308 ZS: 11,5 TZS: 6,1 FH: 9,1 SZH: 41,6 CK: 22,5 SÓ: 0,5	EN: 200 ZS: 2,9 TZS: 1,4 FH: 7,8 SZH: 33,4 CK: 8,5 SÓ: 1,0	EN: 327 ZS: 9,7 TZS: 4,0 FH: 12,3 SZH: 49,9 CK: 21,2 SÓ: 1,1	EN: 321 ZS: 12,4 TZS: 6,3 FH: 11,5 SZH: 40,1 CK: 15,9 SÓ: 0,7	EN: 212 ZS: 5,0 TZS: 2,4 FH: 6,3 SZH: 33,2 CK: 6,3 SÓ: 1,2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Hamis gulyásleves Sertéspörkölt Fejtettbab főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma	Vegyes gyümölcsleves Barbecue csirkeragu Párolt rizs Káposzta saláta	Kertészleves Paprikás burgonya virslivel Csemege uborka (édesítőszerrel) Félbarna kenyér	Bakonyi betyár leves Dejós nudli Félbarna kenyér	Paradicsomleves Fűszeres csirkecomb filé Petrezselymes burgonya Vegyes saláta		
<u>Allergének:</u> 1,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,7,10	<u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,5,6,9,10,11,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:505 ZS: 15,8 TZS: 3,8 FH: 24,5 SZH: 61,4 CK: 8,6 SÓ: 2,5	EN: 533 ZS: 13,9 TZS: 3,0 FH: 20,3 SZH: 77,9 CK: 25,2 SÓ: 1,0	EN: 498 ZS: 22,1 TZS: 4,5 FH: 15,0 SZH: 57,8 CK: 0,6 SÓ: 3,1	EN: 578 ZS: 12,6 TZS: 2,3 FH: 22,6 SZH: 77,1 CK: 18,0 SÓ: 2,2	EN: 466 ZS: 13,3 TZS: 0,9 FH: 25,2 SZH: 57,4 CK: 7,3 SÓ: 1,5	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Magyaros vajkrém Szezámagos zsemle Zöldpaprika	Turista szalámi Margarin Félbarna kenyér	Sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsap retek	Kockasajt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1,7,11	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:216 ZS: 7,0 TZS: 2,8 FH: 5,4 SZH: 31,7 CK: 1,1 SÓ: 1,1	EN: 177 ZS: 5,7 TZS: 1,5 FH: 6,7 SZH: 26,6 CK: 0,0 SÓ: 1,2	EN: 266 ZS: 11,0 TZS: 0,2 FH: 12,9 SZH: 25,7 CK: 0,0 SÓ: 1,6	EN: 193 ZS: 6,2 TZS: 1,5 FH: 6,8 SZH: 25,0 CK: 0,0 SÓ: 1,3	EN: 249 ZS: 10,4 TZS: 0,9 FH: 9,8 SZH: 27,3 CK: 0,7 SÓ: 0,8	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet 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.



ÉTLAP

Budapest

Óvoda

2019.10.07.–2019.10.13.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Gabonapehely	Citromos tea Zöldfűszeres tojáskrém Félbarna kenyér Paradicsom	Gyümölcsstea Soproni felvágott Margarin Félbarna kenyér	Tej Fonott kalács	Gyümölcsstea Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa hasábok		
<u>Allergének:</u> 1,7,8,11	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:214 ZS: 3,8 TZS: 1,8 FH: 8,5 SZH: 35,5 CK: 20,8 SÓ: 0,4	EN: 205 ZS: 4,9 TZS: 2,5 FH: 6,7 SZH: 34,9 CK: 7,2 SÓ: 1,2	EN: 216 ZS: 6,7 TZS: 1,9 FH: 7,3 SZH: 33,1 CK: 6,2 SÓ: 1,4	EN: 255 ZS: 6,0 TZS: 3,1 FH: 10,9 SZH: 38,1 CK: 13,5 SÓ: 0,6	EN: 211 ZS: 4,2 TZS: 2,5 FH: 5,8 SZH: 35,4 CK: 7,7 SÓ: 1,3	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Daragaluska leves Vadas sertéstokány Főtt tészta	Magyaros zellerleves Lecsós csirkeragu Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Tarhonyaleves Túró töltelikes gombóc Vaníliás tejfőlés öntet Körte	Tojásleves Vagdalt pogácsa Kerti főzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Brokkolikrémleves Pírtott napraforgó mag Halropogós Párolt rizs Zelleres kukoricamártás*		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:484 ZS: 18,9 TZS: 4,2 FH: 20,8 SZH: 54,9 CK: 7,5 SÓ: 0,9	EN: 578 ZS: 24,3 TZS: 4,8 FH: 25,3 SZH: 53,4 CK: 6,5 SÓ: 2,7	EN: 532 ZS: 15,0 TZS: 3,2 FH: 11,4 SZH: 85,4 CK: 44,4 SÓ: 1,7	EN: 468 ZS: 14,6 TZS: 3,1 FH: 23,7 SZH: 56,4 CK: 2,2 SÓ: 3,2	EN: 529 ZS: 25,1 TZS: 4,6 FH: 17,4 SZH: 55,4 CK: 3,1 SÓ: 2,6	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika	Gépsonka Margarin Zsemle Jégcsap retek	Füstölt sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika	Habos puding		
<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:204 ZS: 6,2 TZS: 2,5 FH: 7,9 SZH: 26,7 CK: 0,0 SÓ: 1,4	EN: 198 ZS: 3,9 TZS: 0,7 FH: 9,1 SZH: 30,3 CK: 0,1 SÓ: 0,9	EN: 257 ZS: 10,8 TZS: 5,0 FH: 11,3 SZH: 25,8 CK: 0,0 SÓ: 1,8	EN: 201 ZS: 6,6 TZS: 1,7 FH: 8,5 SZH: 27,9 CK: 0,0 SÓ: 1,6	EN: 178 ZS: 3,2 TZS: 2,2 FH: 3,8 SZH: 33,0 CK: 22,2 SÓ: 0,0	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet 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.

Budapest

Óvoda

2019.10.14.–2019.10.20.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Sajtos stangli	Gyümölcs tea Citrusos túrókrém Zsúrkenyér	Karamellás tej Vajkrém Kifli	Citromos tea Főtt tojás karika Margarin Zsemle	Gyümölcs tea Tavaszi felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:253 ZS: 4,9 TZS: 2,5 FH: 11,3 SZH: 39,8 CK: 10,8 SÓ: 0,9	EN: 168 ZS: 3,1 TZS: 1,6 FH: 7,6 SZH: 27,1 CK: 13,7 SÓ: 0,4	EN: 329 ZS: 12,7 TZS: 6,4 FH: 11,2 SZH: 41,6 CK: 15,5 SÓ: 0,8	EN: 231 ZS: 5,4 TZS: 2,1 FH: 7,6 SZH: 37,0 CK: 7,2 SÓ: 0,9	EN: 212 ZS: 5,5 TZS: 0,2 FH: 6,4 SZH: 32,0 CK: 6,2 SÓ: 1,3	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Gulyásleves Darás metélt Erdei gyümölcsös gyümölcsvelő	Zöldségleves Húsgombóc sertéshúsból Paradicsom mártás Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér	Fahéjas szilvaleves Mexikói csirkemáj rizottó Cékla savanyúság	Reszelttészta leves Sertéspörkölt Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Magyaros gombaleves Zöldséges tejszínes csirkeragu Bulgur Alma		
<u>Allergének:</u> 1,3,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,9,12	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:538 ZS: 12,6 TZS: 2,2 FH: 20,9 SZH: 81,7 CK: 11,7 SÓ: 0,6	EN: 536 ZS: 20,9 TZS: 5,4 FH: 19,1 SZH: 63,0 CK: 4,6 SÓ: 1,2	EN: 460 ZS: 10,3 TZS: 2,6 FH: 21,0 SZH: 67,9 CK: 18,2 SÓ: 1,2	EN: 565 ZS: 14,2 TZS: 2,7 FH: 32,8 SZH: 72,1 CK: 1,4 SÓ: 2,1	EN: 543 ZS: 19,6 TZS: 3,1 FH: 22,9 SZH: 65,6 CK: 8,2 SÓ: 1,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű zsemle Jégcsap retek	Csemege szalámi Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika	Sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika	Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér Kígyóborka	Gyümölcsös joghurt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:218 ZS: 7,7 TZS: 3,6 FH: 5,9 SZH: 30,0 CK: 0,9 SÓ: 0,8	EN: 226 ZS: 9,7 TZS: 3,0 FH: 8,2 SZH: 28,3 CK: 0,1 SÓ: 1,6	EN: 273 ZS: 11,1 TZS: 0,2 FH: 13,0 SZH: 27,2 CK: 0,0 SÓ: 1,6	EN: 170 ZS: 3,5 TZS: 0,5 FH: 10,5 SZH: 27,4 CK: 0,1 SÓ: 1,4	EN: 221 ZS: 2,2 TZS: 1,3 FH: 7,4 SZH: 42,0 CK: 11,8 SÓ: 0,7	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet 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.

ÉTLAP

HUNGAST
Kérlek még!

Budapest

Óvoda

2019.10.21.–2019.10.27.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:305 ZS: 5,5 TZS: 1,8 FH: 11,8 SZH: 53,3 CK: 26,2 SÓ: 1,2</p>	<p>Citromos tea Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 211 ZS: 5,7 TZS: 1,4 FH: 6,0 SZH: 31,9 CK: 7,2 SÓ: 1,2</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Kakaós tej Kuglóf</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 282 ZS: 7,3 TZS: 2,0 FH: 16,5 SZH: 39,1 CK: 19,5 SÓ: 0,2</p>	<p>Citromos tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 215 ZS: 5,0 TZS: 2,4 FH: 6,3 SZH: 34,2 CK: 7,2 SÓ: 1,2</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	---	--	--	---	--	--

EBÉD

<p>Lebbencsleves Sült virsli Zöldborsó főzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,12</p> <p>EN:519 ZS: 22,2 TZS: 5,5 FH: 21,9 SZH: 57,7 CK: 9,1 SÓ: 2,8</p>	<p>Zöldséges lencseleves Sajt szórat Bazsalikomos paradicsommártás Főtt tészta Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 552 ZS: 18,0 TZS: 5,3 FH: 21,1 SZH: 73,5 CK: 19,2 SÓ: 1,2</p>	<p>ÜNNEPNAP</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Tárkonyos zöldségleves Csirkepörkölt Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 546 ZS: 21,1 TZS: 4,2 FH: 23,0 SZH: 62,4 CK: 2,2 SÓ: 2,1</p>	<p>Zellerkrém leves Pirított tökmag Sütőben sült halrudak Karottás rizs Tartár mártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9,10</p> <p>EN: 521 ZS: 20,4 TZS: 3,6 FH: 20,7 SZH: 59,9 CK: 2,5 SÓ: 2,8</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	---	---	---	--	--	--

UZSONNA

<p>Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:175 ZS: 4,2 TZS: 2,5 FH: 5,7 SZH: 26,7 CK: 1,5 SÓ: 1,3</p>	<p>Kenőmájas Zsemle Jégcsap retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 212 ZS: 6,0 TZS: 2,6 FH: 7,7 SZH: 30,2 CK: 0,1 SÓ: 1,2</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Párizsi Margarin Császárszemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 192 ZS: 6,5 TZS: 1,8 FH: 6,5 SZH: 25,4 CK: 0,7 SÓ: 0,9</p>	<p>Túró desszert Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 246 ZS: 7,1 TZS: 4,5 FH: 6,9 SZH: 38,3 CK: 11,8 SÓ: 0,6</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	---	--	---	---	--	--

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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet 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.



ÉTLAP

Budapest

Óvoda

2019.10.28.–2019.11.03.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Extra dzsem Margarin Zsúrkenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:247 ZS: 5,2 TZS: 1,6 FH: 9,4 SZH: 40,1 CK: 23,6 SÓ: 0,7</p>	<p>Citromos tea Zöldfűszeres túrókrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 201 ZS: 1,6 TZS: 0,8 FH: 10,1 SZH: 35,6 CK: 8,4 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcsstea Főtt tojás karika Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 215 ZS: 5,5 TZS: 2,0 FH: 7,6 SZH: 31,6 CK: 6,2 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcsstea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 196 ZS: 5,2 TZS: 1,5 FH: 4,3 SZH: 31,2 CK: 6,3 SÓ: 1,0</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	--	--	--	--	--	--

EBÉD

<p>Tejfőlés karfiollevés Pincepörkölt Csalamádé (édesítőszerrel) Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:523 ZS: 15,7 TZS: 3,3 FH: 25,2 SZH: 70,0 CK: 1,8 SÓ: 2,9</p>	<p>Kukoricadara galuska leves Rántott Párizsi Kelkáposztafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 552 ZS: 19,7 TZS: 3,7 FH: 18,6 SZH: 70,5 CK: 0,6 SÓ: 2,8</p>	<p>Fejtett bableves füstölt hússal Aranygaluska Vaníliás öntet Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,9</p> <p>EN: 589 ZS: 23,4 TZS: 5,0 FH: 19,9 SZH: 69,1 CK: 12,2 SÓ: 0,8</p>	<p>Köménymag leves Pirított zsemlekecska Bakonyi szárnyas tokány Főtt tészta Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 539 ZS: 22,6 TZS: 3,9 FH: 21,5 SZH: 59,4 CK: 15,0 SÓ: 0,6</p>	<p>ÜNNEPNAP</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
---	--	--	---	---	--	--

UZSONNA

<p>Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:185 ZS: 5,6 TZS: 2,5 FH: 5,1 SZH: 26,6 CK: 0,6 SÓ: 1,3</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Zsemle Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 247 ZS: 10,0 TZS: 0,2 FH: 7,4 SZH: 30,4 CK: 0,1 SÓ: 1,4</p>	<p>Soproni felvágott Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 191 ZS: 6,7 TZS: 1,9 FH: 7,3 SZH: 26,9 CK: 0,1 SÓ: 1,4</p>	<p>Sajt szelet Margarin Kifli Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 286 ZS: 12,2 TZS: 0,9 FH: 12,8 SZH: 29,3 CK: 0,7 SÓ: 1,3</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
---	--	---	---	--	--	--

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyezéssel 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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársaink! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet 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.