

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Budapest

Sertéshúsmentes

2019. 09. 02.–2019. 09. 08.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej R Kakaós csiga R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:308 ZS: 11,8 TZS: 5,9 FH: 10,1 SZH: 39,6 CK: 19,3 SÓ: 0,7</p>	<p>Tej R Tojáskrém R Félbarna kenyér R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 268 ZS: 7,9 TZS: 4,1 FH: 13,3 SZH: 37,5 CK: 10,1 SÓ: 1,4</p>	<p>Gyümölcs tea R Csirkemell sonka R Mini margarin R Félbarna kenyér R</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 206 ZS: 5,5 TZS: 1,7 FH: 10,2 SZH: 32,9 CK: 6,2 SÓ: 1,5</p>	<p>Tej R Gabonapehely R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,8,11</p> <p>EN: 214 ZS: 3,8 TZS: 1,8 FH: 8,5 SZH: 35,5 CK: 20,8 SÓ: 0,4</p>	<p>Citromos tea R Kőrözött R Teljes kiőrlésű kenyér R Póréhagyma R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 207 ZS: 3,0 TZS: 1,4 FH: 8,2 SZH: 33,6 CK: 8,5 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>
---	---	---	---	--	--	--

EBÉD

<p>Lecsós zellerleves R Tavaszi szárnyas rizseshús R Csemege uborka (édesítőszerrel)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10</p> <p>EN:523 ZS: 14,2 TZS: 1,2 FH: 27,2 SZH: 67,7 CK: 1,8 SÓ: 1,7</p>	<p>Vajasgaluska leves R Csirkepörkölt R Zöldbabfőzelék R Teljes kiőrlésű kenyér R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 553 ZS: 22,4 TZS: 5,4 FH: 24,8 SZH: 52,6 CK: 5,8 SÓ: 3,4</p>	<p>Lencsegulyás szárnyasból Mák szórat R Főtt tészta R Alma R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,8,9</p> <p>EN: 510 ZS: 15,5 TZS: 1,6 FH: 23,4 SZH: 65,3 CK: 14,5 SÓ: 0,7</p>	<p>Magyaros gombaleves R Szárnyas vagdalt R Burgonyafőzelék R Teljes kiőrlésű kenyér ebédhe</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 561 ZS: 15,8 TZS: 3,1 FH: 23,0 SZH: 77,9 CK: 2,9 SÓ: 2,1</p>	<p>Paradicsomleves R Rántott csirkemell M Petrezselymes rizs R Csalamádé (édesítőszerrel)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9</p> <p>EN: 560 ZS: 21,6 TZS: 1,0 FH: 17,5 SZH: 71,1 CK: 5,7 SÓ: 1,4</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 R Teljes kiőrlésű kenyér R Kápia paprika R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:182 ZS: 4,2 TZS: 2,5 FH: 5,8 SZH: 28,2 CK: 1,5 SÓ: 1,3</p>	<p>Pulykamell sonka R Mini margarin R Zsemle R Kígyóuborka R</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 207 ZS: 5,1 TZS: 1,4 FH: 8,2 SZH: 31,3 CK: 0,1 SÓ: 1,2</p>	<p>Sajt szelet R Mini margarin R Teljes kiőrlésű kenyér R Jégcsap retek R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 280 ZS: 13,0 TZS: 1,3 FH: 12,7 SZH: 25,5 CK: 0,0 SÓ: 1,7</p>	<p>Csirkemell sonka R Mini margarin R Szezámagos zsemle R Zöldpaprika R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,11</p> <p>EN: 224 ZS: 7,1 TZS: 1,9 FH: 10,1 SZH: 31,0 CK: 0,6 SÓ: 1,3</p>	<p>Gyümölcsös joghurt R Kifli R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 221 ZS: 2,2 TZS: 1,3 FH: 7,4 SZH: 42,0 CK: 11,8 SÓ: 0,7</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>
---	--	---	---	--	--	--

Allergénjelölés magyarázata: 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! 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.



DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Budapest

Sertéshúsmentes

2019. 09. 09.–2019. 09. 15.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej R Briós	Karamellás tej R Vajkrém R Kifli R	Gyümölcs tea R Füstölt sajtos brokkollikrém R Teljes kiőrlésű kenyér R	Kakaós tej R Fonott kalács R	Citromos tea R Főtt tojás R Mini margarin R Teljes kiőrlésű kenyér R Paradicsom R		
<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,3	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:261 ZS: 5,8 TZS: 2,9 FH: 10,6 SZH: 40,8 CK: 17,2 SÓ: 0,5	EN: 329 ZS: 12,7 TZS: 6,4 FH: 11,2 SZH: 41,6 CK: 15,5 SÓ: 0,8	EN: 181 ZS: 2,6 TZS: 1,3 FH: 6,0 SZH: 31,5 CK: 6,4 SÓ: 1,3	EN: 287 ZS: 6,6 TZS: 3,5 FH: 11,5 SZH: 44,1 CK: 18,5 SÓ: 0,6	EN: 222 ZS: 6,5 TZS: 2,6 FH: 6,6 SZH: 32,6 CK: 7,1 SÓ: 1,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Lebbencsleves R Dinó szelet Zöldborsó főzelék R Teljes kiőrlésű kenyér R	Tejfölös karalábéleves R Pusztapörkölt (szárnyasból) R Cékla savanyúság R Félbarna kenyér ebédhez R	Csirkeragu leves R Túró metélthez R Tejföl öntet R Főtt tészta R Szőlő	Tavaszi zöldségleves R Csirkepörkölt R Paradicsomos káposztafőzelék R Teljes kiőrlésű kenyér ebédhez	Zellerkrém leves R Sütőben sült halrudak Párolt rizs R Uborkasaláta R		
<u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,9	<u>Allergének:</u> 1,4,7,9	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:589 ZS: 18,0 TZS: 3,1 FH: 23,3 SZH: 79,3 CK: 9,3 SÓ: 2,7	EN: 530 ZS: 18,1 TZS: 3,4 FH: 23,3 SZH: 61,7 CK: 4,4 SÓ: 2,0	EN: 506 ZS: 18,4 TZS: 5,3 FH: 25,8 SZH: 56,0 CK: 21,7 SÓ: 0,6	EN: 548 ZS: 17,8 TZS: 2,4 FH: 23,3 SZH: 70,1 CK: 21,0 SÓ: 1,8	EN: 455 ZS: 9,6 TZS: 1,2 FH: 17,7 SZH: 70,9 CK: 6,1 SÓ: 2,7	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Magyaros vajkrém R Zsemle R Kigyóuborka R	Pulykamell sonka R Mini margarin R Teljes kiőrlésű kenyér R Kápia paprika R	Csirkemell sonka R Mini margarin R Zsemle R Jégcsap retek R	Pulykamell sonka R Mini margarin R Teljes kiőrlésű kenyér R Zöldpaprika R	Kockasajt R Kifli R		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:199 ZS: 5,4 TZS: 2,6 FH: 5,2 SZH: 31,3 CK: 0,7 SÓ: 1,0	EN: 197 ZS: 5,2 TZS: 1,3 FH: 8,1 SZH: 27,6 CK: 0,0 SÓ: 1,4	EN: 205 ZS: 5,5 TZS: 1,7 FH: 9,8 SZH: 30,4 CK: 0,2 SÓ: 1,2	EN: 193 ZS: 5,2 TZS: 1,3 FH: 8,1 SZH: 26,6 CK: 0,0 SÓ: 1,5	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:

Allergénjelölés magyarázata: 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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! A szükség szerinti ételváltoztatásért előre is elnézést 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.

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Budapest

Sertéshúsmentes

2019. 09. 16.–2019. 09. 22.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej R Túrós bukta	Tej R Extra dzsem R Mini margarin R Zsúrkenyér R	Gyümölcs tea R Csirkemell sonka R Mini margarin R Zsemle R Paradicsom R	Citromos tea R Reszelt sajt R Mini margarin R Kifli R	Gyümölcs tea R Majonézes-uborkás tojáskrém R Teljes kiőrlésű kenyér R		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,8,10,11	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,10	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:253 ZS: 6,3 TZS: 2,8 FH: 10,9 SZH: 37,1 CK: 18,0 SÓ: 0,5	EN: 263 ZS: 7,2 TZS: 2,8 FH: 9,4 SZH: 40,2 CK: 23,6 SÓ: 0,8	EN: 232 ZS: 5,5 TZS: 1,7 FH: 9,8 SZH: 36,9 CK: 6,3 SÓ: 1,2	EN: 279 ZS: 11,3 TZS: 5,7 FH: 9,5 SZH: 34,1 CK: 7,7 SÓ: 1,2	EN: 243 ZS: 8,3 TZS: 1,5 FH: 7,7 SZH: 32,0 CK: 6,6 SÓ: 1,7	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Daragaluska leves R Natúr csirkemell R Sárgaborsó főzelék R Teljes kiőrlésű kenyér ebédhe	Tojásleves R Csirkemájrizottó R Vegyes saláta R Őszibarack	Gulyásleves pulykahúsból Aranygaluska (paning) Vanília öntet R	Csontleves R Húsgombóc szárnyasból R Paradicsom mártás R Főtt burgonya 1/2 adag R Teljes kiőrlésű kenyér ebédhe	Zöldbableves R Snidlinges sajt mártásos csirke Párolt rizs R		
<u>Allergének:</u> 1,3,9	<u>Allergének:</u> 1,3	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,9,12	<u>Allergének:</u> 1,7,9	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:508 ZS: 11,5 TZS: 1,4 FH: 33,4 SZH: 64,0 CK: 0,5 SÓ: 2,1	EN: 469 ZS: 16,2 TZS: 2,8 FH: 22,3 SZH: 55,6 CK: 2,3 SÓ: 1,2	EN: 562 ZS: 15,6 TZS: 4,5 FH: 22,0 SZH: 78,3 CK: 19,7 SÓ: 2,2	EN: 441 ZS: 9,4 TZS: 1,4 FH: 18,0 SZH: 66,9 CK: 4,0 SÓ: 1,5	EN: 583 ZS: 27,5 TZS: 8,8 FH: 29,3 SZH: 51,5 CK: 4,7 SÓ: 2,8	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Zöldfűszeres sajtkrém R Zsemle R Kápia paprika R	Pulykamell sonka R Mini margarin R Teljes kiőrlésű kenyér R Jégcsap retek R	Vajkrém R Teljes kiőrlésű kenyér R Kigyóuborka R	Pulykamell sonka R Mini margarin R Félbarna kenyér R Zöldpaprika R	Sajtos rúd Szilva		
<u>Allergének:</u> 1,7,9	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:186 ZS: 3,0 TZS: 1,8 FH: 5,7 SZH: 33,1 CK: 1,1 SÓ: 0,9	EN: 188 ZS: 5,1 TZS: 1,3 FH: 7,8 SZH: 25,9 CK: 0,0 SÓ: 1,4	EN: 208 ZS: 8,6 TZS: 4,0 FH: 5,1 SZH: 25,6 CK: 0,2 SÓ: 1,0	EN: 189 ZS: 5,2 TZS: 1,4 FH: 8,8 SZH: 28,6 CK: 0,0 SÓ: 1,5	EN: 105 ZS: 4,5 TZS: 0,8 FH: 2,4 SZH: 12,7 CK: 7,9 SÓ: 1,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

Allergénjelölés magyarázata: 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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézést 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.

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Budapest

Sertéshúsmentes

2019. 09. 23.–2019. 09. 29.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej R Mini margarin R Mini méz Zsúrkenyér R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:296 ZS: 7,2 TZS: 2,8 FH: 9,5 SZH: 48,4 CK: 34,3 SÓ: 0,8</p>	<p>Citromos tea R Padlizsánkrém R Félbarna kenyér R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 196 ZS: 5,1 TZS: 1,6 FH: 5,0 SZH: 34,1 CK: 7,2 SÓ: 1,0</p>	<p>Gyümölcsstea R Tejfölös túró R Teljes kiőrlésű kenyér R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 190 ZS: 2,7 TZS: 1,3 FH: 7,6 SZH: 31,7 CK: 7,2 SÓ: 1,1</p>	<p>Tejeskávé Fatörzs kifli R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 293 ZS: 7,2 TZS: 3,1 FH: 11,4 SZH: 44,9 CK: 18,6 SÓ: 0,5</p>	<p>Tej R Főtt tojás R Mini margarin R Teljes kiőrlésű kenyér R Paradicsom R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 291 ZS: 9,5 TZS: 4,2 FH: 13,4 SZH: 36,1 CK: 10,0 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>
--	---	--	--	---	--	--

EBÉD

<p>Köménymag leves R Paradicsomos kukoricás tonhal Főtt tészta R Sajt szórat R Szőlő</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7</p> <p>EN:657 ZS: 29,5 TZS: 6,3 FH: 30,8 SZH: 65,8 CK: 22,3 SÓ: 1,8</p>	<p>Karfiolleves R Fűszeres csirke csíkok R Pírtott burgonya R Friss saláta R Joghurtos öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,9,10,11,12</p> <p>EN: 462 ZS: 15,6 TZS: 1,7 FH: 24,8 SZH: 50,8 CK: 0,3 SÓ: 1,9</p>	<p>Almaleves R Tarhonyás hús szárnyasból Cékla savanyúság R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 465 ZS: 8,2 TZS: 2,1 FH: 22,4 SZH: 73,8 CK: 20,6 SÓ: 1,0</p>	<p>Reszeltészta leves R Szárnyas vagdalt R Tökfőzelék R Teljes kiőrlésű kenyér ebédhe</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 502 ZS: 16,5 TZS: 3,0 FH: 19,7 SZH: 65,5 CK: 8,8 SÓ: 2,0</p>	<p>Zöldség krémleves R Rántott sajt R Rizi bizi R Tartár mártás R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 531 ZS: 27,7 TZS: 7,1 FH: 17,5 SZH: 51,2 CK: 1,6 SÓ: 2,0</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>
--	---	---	---	--	--	--

UZSONNA

<p>Póréhagymás túrókrém R Teljes kiőrlésű kenyér R Kápia paprika R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:167 ZS: 1,3 TZS: 0,5 FH: 8,5 SZH: 27,9 CK: 1,2 SÓ: 1,0</p>	<p>Edami sajt szelet R Mini margarin R Teljes kiőrlésű kenyér R Jégcsap retek R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 271 ZS: 12,5 TZS: 6,4 FH: 12,3 SZH: 25,5 CK: 0,0 SÓ: 1,6</p>	<p>Pulykamell sonka R Mini margarin R Zsemle R Kígyóborka R</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 207 ZS: 5,1 TZS: 1,4 FH: 8,2 SZH: 31,3 CK: 0,1 SÓ: 1,2</p>	<p>Csirkemell sonka R Mini margarin R Félbarna kenyér R Zöldpaprika R</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 189 ZS: 5,6 TZS: 1,7 FH: 10,6 SZH: 28,0 CK: 0,1 SÓ: 1,5</p>	<p>Gyümölcsös joghurt R Kifli R</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 221 ZS: 2,2 TZS: 1,3 FH: 7,4 SZH: 42,0 CK: 11,8 SÓ: 0,7</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>
---	---	---	--	--	--	--

Allergénjelölés magyarázata: 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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézést 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.

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

Allergénjelölés magyarázata: 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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! A szükség szerinti ételváltoztatásért előre is elnézést 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.

