

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Budapest

Óvoda

2020.11.30.–2020.12.06.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Kakaós tej Foszlós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:325 ZS: 8,4 TZS: 4,2 FH: 10,7 SZH:48,6 CK:27,4 SÓ: 0,7</p>	<p>Gyümölcs tea Citrusos túrókrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 229 ZS: 2,6 TZS: 1,4 FH: 8,3 SZH:40,9 CK: 10,6 SÓ: 0,7</p>	<p>Gyümölcs tea Házi füstölt sajtkrém Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 236 ZS: 7,6 TZS: 3,5 FH:7,3 SZH:33,8 CK: 8,4 SÓ: 0,8</p>	<p>Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 299 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 9,5 SZH:48,4 CK: 22,3 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcs tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 210 ZS: 4,6 TZS: 1,4 FH: 6,2 SZH: 33,2 CK: 7,6 SÓ: 0,8</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>
---	---	--	---	--	--	--

EBÉD

<p>Tárkonyos zöldség leves Tarhonyás csirke hús Káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN:443 ZS: 14,3 TZS: 2,7 FH: 21,2 SZH:55,8 CK:9 SÓ: 1,8</p>	<p>Lebbencsleves Dinó szelet Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 593 ZS: 22,3 TZS: 4 FH: 20,9 SZH:72,8 CK: 7,4 SÓ: 2,4</p>	<p>Csirkemájgaluska leves Mákos guba (finompékáru) Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 435 ZS: 17,6 TZS: 7,3 FH:10,4 SZH:53,9 CK: 23,6 SÓ: 1,3</p>	<p>Csontleves Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya fél adag Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 477 ZS: 16,3 TZS: 3,9 FH: 16,5 SZH:63,3 CK: 12,6 SÓ: 1,3</p>	<p>Körteleves Panírozott halrudacska Petrezselymes rizs Amerikai káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,10,12</p> <p>EN: 415 ZS: 10,5 TZS: 2,8 FH: 6,5 SZH: 72,2 CK: 24,4 SÓ: 0,1</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>Snidlinges vajkrém Teljes kiőrlésű zsemle Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:193 ZS: 6,5 TZS: 3,8 FH: 4,8 SZH:27,5 CK:1 SÓ: 0,9</p>	<p>Olasz felvágott Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 198 ZS: 5,6 TZS: 1,5 FH: 6,4 SZH:27,6 CK: 0,5 SÓ: 1,4</p>	<p>Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 197 ZS: 5,7 TZS: 1,6 FH:6,5 SZH:26,9 CK: 0,4 SÓ: 1,2</p>	<p>Kenőmájás Retek Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN: 213 ZS: 6,2 TZS: 0 FH: 7,1 SZH:30,2 CK: 0,7 SÓ: 1</p>	<p>Kockasajt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 233 ZS: 9,2 TZS: 5,6 FH: 8,2 SZH: 28,4 CK: 2,6 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>
--	--	---	---	--	--	--

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 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.



ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Budapest

Óvoda

2020.12.07.–2020.12.13.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Gyümölcs tea Vajas pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:195 ZS: 3,4 TZS: 1,6 FH: 4,4 SZH:36,2 CK:11,1 SÓ: 0,4</p>	<p>Gyümölcs tea Mediterrán tonhalkrém Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,6,7,10,12</p> <p>EN: 199 ZS: 3 TZS: 1,5 FH: 7,8 SZH:34,3 CK: 8,8 SÓ: 0,7</p>	<p>Tejeskávé Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 313 ZS: 7 TZS: 3,9 FH:10,2 SZH:49 CK: 23,6 SÓ: 0,6</p>	<p>Tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 307 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 9,5 SZH:52,1 CK: 26 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcs tea Majonéz uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 207 ZS: 4,4 TZS: 0,8 FH: 5,2 SZH: 34,4 CK: 8,9 SÓ: 0,9</p>	<p>Gyümölcs tea Gépsonka Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,12</p> <p>EN: 198 ZS: 3,5 TZS: 0,9 FH: 6,9 SZH: 34,7 CK: 7,6 SÓ:1,4</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	--	--	---	--	--	--

EBÉD

<p>Fejtett bableves Sajtos tejfölös tészta Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9</p> <p>EN:467 ZS: 19,5 TZS: 8,4 FH: 17,8 SZH:50,7 CK:10 SÓ: 0,8</p>	<p>Húsleves Főtt sertés szelet Gyümölcs mártás Pirított dara</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 545 ZS: 22,3 TZS: 5,9 FH: 17,7 SZH:65,7 CK: 11,3 SÓ: 0,1</p>	<p>Köménymag leves Pirított zsemlekocka Reszelt csirkemáj Párolt rizs Csemege uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10</p> <p>EN: 435 ZS: 14,9 TZS: 2,7 FH:16,8 SZH:57,8 CK: 3,5 SÓ: 1,3</p>	<p>Citromos kerti leves Csirke fasírt Magyaros Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 570 ZS: 14,1 TZS: 2,7 FH: 23 SZH:81,5 CK: 3 SÓ: 3,1</p>	<p>Sütőtök krémleves Leves gyöngy Bazsalikomos csirkemell Pritaminos rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 481 ZS: 15,3 TZS: 4,1 FH: 23,8 SZH: 60 CK: 8,1 SÓ: 0,3</p>	<p>Almalé 100%-os Paprikás burgonya virslivel Cékla Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10,12</p> <p>EN: 460 ZS: 13,9 TZS: 3,8 FH: 12,6 SZH: 67,5 CK: 26,9 SÓ: 2,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
---	--	---	---	---	---	--

UZSONNA

<p>Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:182 ZS: 4,2 TZS: 2,3 FH: 7,5 SZH:27 CK:1,3 SÓ: 0,9</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 203 ZS: 7,5 TZS: 2,6 FH: 6,3 SZH:26,2 CK: 0,4 SÓ: 1,2</p>	<p>Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 191 ZS: 6,6 TZS: 3,8 FH:4,7 SZH:26,5 CK: 1 SÓ: 1</p>	<p>Sertés párizsi Margarin Szezámagos zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,11</p> <p>EN: 195 ZS: 6,3 TZS: 1,3 FH: 6,2 SZH:28,2 CK: 0,6 SÓ: 1,1</p>	<p>Detki omlós keksz Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8</p> <p>EN: 224 ZS: 7,1 TZS: 3,3 FH: 3,6 SZH: 34,7 CK: 18,7 SÓ: 0,2</p>	<p>Túró desszert Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 217 ZS: 5,3 TZS: 3,6 FH: 5,7 SZH: 35,5 CK: 9 SÓ: 0,6</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 érdeklőj vizsgálatát végző munkatársaink! Diétás étkezést biztosítunk. 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.



ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Budapest

Óvoda

2020.12.14.–2020.12.20.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Áfonyás rácsos	Gyümölcs tea Padlizsánkrém Félbarna kenyér	Karamellás tej Fatörzs kifli	Gyümölcs tea Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka	Tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom		
<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,3,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:362 ZS:17,3 TZS:8,4 FH:12,5 SZH:47,7 CK:26,8 SÓ:0,9	EN:209 ZS:5,4 TZS:0,6 FH:3,8 SZH:35,1 CK:8,1 SÓ:1	EN:307 ZS:6,5 TZS:3,5 FH:9,9 SZH:48,7 CK:24,3 SÓ:0,6	EN:219 ZS:6,6 TZS:3,8 FH:4,7 SZH:33,6 CK:8,1 SÓ:1	EN:212 ZS:4,6 TZS:1,4 FH:6,2 SZH:33,7 CK:7,6 SÓ:0,8	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

EBÉD

Vajas galuska leves Csirkepörkölt Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Tojásleves Rozsdás mártás Natúr sertés szelet Tört burgonya Csemege uborka	Vegyes zöldségleves Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér	Csirke raguleves Dejós metélt Mandarin	Mézes fahéjas almaleves Panírozott halrudacska Zöldséges rizs Tartármártás		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,9	<u>Allergének:</u> 1,3,4,7,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:438 ZS:18,9 TZS:4,7 FH:18,8 SZH:45,4 CK:6,1 SÓ:2,2	EN:506 ZS:26,9 TZS:6,3 FH:19,6 SZH:42,2 CK:5,5 SÓ:2,2	EN:436 ZS:24,5 TZS:7,3 FH:17 SZH:33,3 CK:3,2 SÓ:4,5	EN:502 ZS:10,6 TZS:1,4 FH:21,7 SZH:78,7 CK:30,3 SÓ:0,7	EN:642 ZS:23,6 TZS:4,9 FH:17,4 SZH:87,4 CK:21,3 SÓ:1	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

UZSONNA

Kenőmájás Zsemle Zöldpaprika	Reszelt sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek	Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Soproni felvágott Margarin Zsemle	Gyümölcs joghurt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1,6,10	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:214 ZS:6,2 TZS:0 FH:7,1 SZH:30,4 CK:0,7 SÓ:1	EN:248 ZS:10,4 TZS:5,9 FH:10,9 SZH:26,1 CK:0,4 SÓ:1,4	EN:174 ZS:3 TZS:0,8 FH:7,4 SZH:26,4 CK:0,4 SÓ:1,1	EN:209 ZS:5,5 TZS:1,7 FH:6,9 SZH:30,3 CK:0,7 SÓ:1,2	EN:250 ZS:4,3 TZS:2,5 FH:7,5 SZH:44 CK:16,1 SÓ:0,7	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

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

Budapest

Óvoda

2020.12.21.–2020.12.27.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tejeskávé Fonott kalács	Gyümölcsstea Vaníliás krémtúró Zsemle	Gyümölcsstea Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika				
<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,6,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:309 ZS: 6,3 TZS: 3,4 FH: 9,6 SZH:49,5 CK:23,5 SÓ: 0,6	EN: 229 ZS: 2,8 TZS: 1,6 FH: 8,4 SZH:39,9 CK: 9,8 SÓ: 0,7	EN: 225 ZS: 5,5 TZS: 1,5 FH:6,4 SZH:34,9 CK: 7,6 SÓ: 1,4	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Reszelt tésztaleves Parajmártás Főtt tojás Főtt burgonya	Zeller krémleves Leves gyöngy Mexikói csirkeragu Bulgur	Sárgaborsó gulyás Darás metélt Gyümölcs öntet Teljes kiőrlésű kenyér Alma	SZÜNET	SZÜNET		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,9	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:415 ZS: 14,7 TZS: 3 FH: 14 SZH:48,9 CK:4,9 SÓ: 0,3	EN: 516 ZS: 17 TZS: 4,2 FH: 20,7 SZH:60,4 CK: 2,2 SÓ: 1,4	EN: 716 ZS: 19,2 TZS: 4,1 FH:25,4 SZH:105,5 CK: 20,7 SÓ: 0,6	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Edami sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Sörretek	Kockasajt Kifli				
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:241 ZS: 9,7 TZS: 5,6 FH: 11,8 SZH:25,9 CK:0,4 SÓ: 1,3	EN: 201 ZS: 7,3 TZS: 2,7 FH: 6,3 SZH:26 CK: 0,4 SÓ: 1,2	EN: 233 ZS: 9,2 TZS: 5,6 FH:8,2 SZH:28,4 CK: 2,6 SÓ: 1,4	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársaink! 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

HUNGAST
Kérlek még!

Budapest

Óvoda

2020.12.28.–2021.01.03.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Briós	Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Félbarna kenyér Kigyóuborka	Gyümölcsstea Sajtos rúd	Gyümölcsstea Házi füstölt sajtkrém Zsemle			
<u>Allergének:</u> 1,3,6,7	<u>Allergének:</u> 1,3,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,12	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:267 ZS: 7 SZH:37,7 TZS: 3,9 CK:13,5 FH: 10,1 SÓ: 0,6	EN: 158 ZS: 4,2 SZH:23,5 TZS: 1,2 CK: 7,4 FH: 4,6 SÓ: 0,7	EN: 207 ZS: 9,6 SZH:26 TZS: 4,9 CK: 7,2 FH:3,9 SÓ: 1,4	EN: 250 ZS: 7,2 SZH:37 TZS: 3,3 CK: 7,9 FH: 7,4 SÓ: 0,9	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

EBÉD

Tarhonya leves Csirke nuggets Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Hagyma krémleves Pirított zsemlekocka Pincepörkölt Csalamádé Teljes kiőrlésű kenyér	Csokonai szárnyas raguleves Aranygaluska Vaníliás öntet	Húsleves Sertéssült Tört burgonya Párolt lilakáposzta Mandarin	SZÜNET		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,12	<u>Allergének:</u> 1,7,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,8,9,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,9	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:504 ZS: 17,7 SZH:63,6 TZS: 3,3 CK:12 FH: 19,7 SÓ: 2,6	EN: 437 ZS: 12,8 SZH:56,6 TZS: 2,6 CK: 1,5 FH: 19,4 SÓ: 2,7	EN: 647 ZS: 19,4 SZH:93,5 TZS: 6,4 CK: 32,4 FH:21,6 SÓ: 1	EN: 425 ZS: 19,5 SZH:40,5 TZS: 3,2 CK: 13,2 FH: 19,4 SÓ: 0,2	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

UZSONNA

Sajtkrém Félbarna kenyér Kaliforniai paprika	Olasz felvágott Margarin Szezámagos zsemle	Kenőmájás Kifli Zöldpaprika	Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek			
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6,11	<u>Allergének:</u> 1,6,7,10	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:182 ZS: 3,9 SZH:27,9 TZS: 2,2 CK:1,3 FH: 7,3 SÓ: 1,1	EN: 213 ZS: 7,3 SZH:27,6 TZS: 2 CK: 0,7 FH: 7 SÓ: 1,1	EN: 200 ZS: 6,6 SZH:27,2 TZS: 0,2 CK: 1,1 FH:7 SÓ: 0,9	EN: 170 ZS: 3,8 SZH:26,7 TZS: 1,1 CK: 0,5 FH: 7 SÓ: 1,3	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákkfélék; 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 étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársaink! 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.

