

# ÉTLAP

SÁRVÁR

Gondozási Központ

2020.08.31.–2020.09.06.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Magyaros zöldbaleves  
Kolbászos rakott burgonya  
Cékla

Allergének:  
1,3,6,7,10,12

EN: 765  
ZS: 31,1 TZS: 9,7 FH: 22,5  
SZH: 77,3 CK: 8,2 SÓ: 3,6

Kelbimbóleves  
Katalán csirkemáj  
Uborkasaláta

Allergének:  
1,3,7

EN: 700  
ZS: 25,8 TZS: 6,1 FH: 33,7  
SZH: 79,5 CK: 8,8 SÓ: 2,1

Karalábéleves  
Bolognai sertés ragu  
Spagetti  
Reszelt sajt

Allergének:  
1,3,7,9

EN: 813  
ZS: 42,7 TZS: 14 FH: 35,9  
SZH: 70,5 CK: 14,3 SÓ: 5,1

Daragaluska leves  
Sertés pörkölt  
Sárgaborsó főzelék  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Szőlő

Allergének:  
1,3,9

EN: 1240  
ZS: 41,5 TZS: 10 FH: 49,5  
SZH: 151,4 CK: 28,1 SÓ: 4

Zöldség krémleves  
Rántott csirkemell  
Párolt rizs  
Nyári vegyes saláta

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN: 1051  
ZS: 31,8 TZS: 5,3 FH: 45,7  
SZH: 144 CK: 5,2 SÓ: 4,1

Füstölt húsos burgonyaleves  
Sajtos pogácsa  
Félbarna kenyér

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN: 982  
ZS: 47,5 TZS: 22,5 FH: 36,1  
SZH: 112,5 CK: 3,8 SÓ: 4,6

Zöldségleves  
Bakonyi sertésragu  
Galuska  
Őszibarack

Allergének:  
1,3,7,9

EN: 911  
ZS: 37,4 TZS: 9,9 FH: 32,6  
SZH: 106,3 CK: 14,6 SÓ: 3,9

UZSONNA

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztaszennyeződéssel 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. Cillagfűrt; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltásért 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

# ÉTLAP

SÁRVÁR

Gondozási Központ

2020.09.07.–2020.09.13.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Csirke raguleves  
Aranygaluska  
Vanília ízű öntet

Allergének:  
1,3,7,9

EN:1057  
ZS:35,3 TZS:6,2 FH:41  
SZH:138,4 CK:40,2 SÓ:1,2

Lebbencsleves  
Főtt virsli  
Zöldborsófőzelék  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Őszibarack

Allergének:  
1,3,6,7,12

EN:1186  
ZS:38,9 TZS:9,1 FH:44,1  
SZH:156,7 CK:30 SÓ:5,9

Zöldségleves  
Tarhonyás sertéshús  
Lilakposzta saláta

Allergének:  
1,3,9

EN:822  
ZS:35,6 TZS:8 FH:32,9  
SZH:92,8 CK:15,9 SÓ:2,8

Csontleves  
Sertés húsgombóc árpagyönggyel  
Paradicsommártás  
Főtt burgonya  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,9,12

EN:909  
ZS:34,8 TZS:8,8 FH:37,3  
SZH:106,5 CK:20,4 SÓ:4,1

Gyümölcsleves  
Rántott halfilé  
Párolt rizs  
Vegyes saláta

Allergének:  
1,3,4,7,12

EN:1027  
ZS:21,9 TZS:4,6 FH:32,9  
SZH:173,7 CK:43,5 SÓ:2,4

Legényfogó leves  
Szilvalekváros derelye  
Fahéjas szórát

Allergének:  
1,3,7,9,10,12

EN:1312  
ZS:39,8 TZS:6,6 FH:38  
SZH:189,3 CK:31,5 SÓ:1,9

Daragaluska leves  
Temesvári sertés ragu  
Párolt rizs  
Szőlő

Allergének:  
1,3,7,9

EN:995  
ZS:40,4 TZS:10,7 FH:29,2  
SZH:123,3 CK:28,9 SÓ:2

UZSONNA

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztaszennyeződéssel 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. Cillagfürt; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

# ÉTLAP

SÁRVÁR

Gondozási Központ

2020.09.14.–2020.09.20.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Bableves  
Túrós tészta  
Szilva

Allergének:  
1,7,9

EN:864  
ZS: 23 TZS: 9,9 FH: 38,8  
SZH:117,8 CK:25,7 SÓ: 2,4

Csirkemájgaluska leves  
Főtt tojás  
Parajmártás  
Tört burgonya 1/2 adag  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN: 901  
ZS: 37,4 TZS: 7,2 FH: 33,7  
SZH:94 CK: 9,4 SÓ: 2,1

Fokhagyma krémleves  
Sárgarépa kocka  
Budapest szárnyas ragu  
Párolt rizs  
Házi csalamádé

Allergének:  
1,7

EN: 968  
ZS: 38,9 TZS: 8,3 FH:33,7  
SZH:117,9 CK: 13 SÓ: 4,2

Tyúk erőleves  
Vadas mártás  
Bulgur  
Őszibarack

Allergének:  
1,3,7,9,10,12

EN: 848  
ZS: 21,1 TZS: 2,9 FH: 20,3  
SZH:124 CK: 23,2 SÓ: 3,6

Brokkoli krémleves  
Pincepörkölt  
Káposztasaláta  
Félbarna kenyér  
Reform piskóta

Allergének:  
1,3,7,12

EN: 1151  
ZS: 43 TZS: 10,3 FH: 42  
SZH: 141,4 CK: 23 SÓ: 3,3

Csirke becsínált leves  
Kakaós kalács  
Szőlő

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN: 718  
ZS: 18,9 TZS: 6,4 FH: 29,2  
SZH: 102,6 CK: 36,2 SÓ: 1

Tárkonyos zöldség leves  
Csirkepaprikás  
Galuska

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN: 864  
ZS: 30 TZS: 7 FH: 37,4  
SZH: 104,7 CK: 3,1 SÓ: 3,9

UZSONNA

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztaszennyeződéssel 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. Citillagfűt; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltásért 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

# ÉTLAP

SÁRVÁR

Gondozási Központ

2020.09.21.–2020.09.27.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Zöldségleves  
vajos galuskával  
Paradicsomos húsos káposzta  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,7,9

EN:784  
ZS: 35,4 TZS: 10,5 FH: 28,1  
SZH: 85,2 CK: 20,4 SÓ: 4,1

Tojásleves  
Szezámagos zöldséges sertés  
vagdalt  
Burgonyapüré  
Szőlő

Allergének:  
1,3,7,11,12

EN: 1026  
ZS: 41,1 TZS: 10,8 FH: 36,4  
SZH: 118,1 CK: 31,1 SÓ: 2,6

Zöldséges tarhonyaleves  
Csirkepörkölt  
Tökfőzelék  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,7,9,12

EN: 825  
ZS: 30,8 TZS: 6 FH: 32,8  
SZH: 97,3 CK: 15 SÓ: 4,8

Zsályás zöldbabos pulykaragu  
leves  
Gránátos kocka  
Uborkasaláta

Allergének:  
1,3,7,12

EN: 832  
ZS: 26,3 TZS: 4,9 FH: 35,9  
SZH: 108 CK: 11,3 SÓ: 1,4

Szilvaleves  
Pritaminos halpogácsa  
Párolt rizs  
Amerikai káposztasaláta

Allergének:  
1,3,4,7,10,12

EN: 1090  
ZS: 31,2 TZS: 6,6 FH: 34,2  
SZH: 163,8 CK: 50 SÓ: 3

Nyírségi gombóclevés szárnyas  
hússal  
Lekváros bukta

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN: 765  
ZS: 20,4 TZS: 4,7 FH: 30,2  
SZH: 110,6 CK: 34,9 SÓ: 0,7

Erőleves  
Sertés flekken  
Hagymás tört burgonya  
Párolt káposzta 1/2 adag

Allergének:  
1,3,9,12

EN: 926  
ZS: 48,4 TZS: 10,7 FH: 29,6  
SZH: 86,8 CK: 10,5 SÓ: 4,3

UZSONNA

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztaszennyeződéssel 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. Citillagfű; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltásért 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

# ÉTLAP

SÁRVÁR

Gondozási Központ

2020.09.28.–2020.10.04.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Babgulyás sertéshússal  
Darás metélt  
Gyümölcs öntet  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,9

EN:1202  
ZS: 33,8 TZS: 7,3 FH: 44,5  
SZH:175,9 CK:23,6 SÓ: 1,1

Csontleves  
Főtt tojás  
Sós kamartás  
Főtt burgonya  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN: 881  
ZS: 30,2 TZS: 7,7 FH: 32,8  
SZH:104,5 CK: 21,6 SÓ: 4

Zeller krémleves  
Leves gyöngy  
Barbecue csirkeragu  
Bulgur  
Szilva

Allergének:  
1,3,6,7,9,12

EN: 1019  
ZS: 34,3 TZS: 9,4 FH:37,3  
SZH:122,1 CK: 24,1 SÓ: 3,8

Citromos kerti leves  
Magyaros csirkemáj  
Tört burgonya  
Csemege uborka

Allergének:  
1,3,7,9,10,12

EN: 778  
ZS: 30,5 TZS: 7,2 FH: 34,2  
SZH:82,7 CK: 7,5 SÓ: 5,8

Kakukkfűves gombaleves  
Rántott csirkecomb filé  
Rizibizi  
Vegyes saláta

Allergének:  
1,3,9

EN: 960  
ZS: 23,7 TZS: 3,7 FH: 44  
SZH: 141,4 CK: 11,5 SÓ: 3,3

Köménymag leves  
Kenyérkocka  
Gombócós káposzta  
Félbarna kenyér

Allergének:  
1,3,7

EN: 874  
ZS: 34,4 TZS: 10,3 FH: 31,3  
SZH: 102,1 CK: 5,9 SÓ: 8

Tyúk erőleves  
Göngyölt sertés szelet  
Párolt rizs  
Cékla

Allergének:  
1,3,9,10

EN: 1098  
ZS: 49,1 TZS: 11,7 FH: 43,3  
SZH: 121 CK: 7,6 SÓ: 5,7

UZSONNA

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztaszennyeződéssel 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. Citillagfű; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.