

SÁRVÁR

Felnőtt

2021.05.31.–2021.06.06.

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

Bakonyi betyárleves sertéshússal  
Morzsás nudli  
Fahéjas szórát

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:1031  
ZS: 30,6 TZS: 8,6 FH: 32,1  
SZH:123,7 CK:13,5 SÓ: 2,6

Sertés húsgaluska leves  
Főtt tojás  
Parajmártás  
Sós burgonya  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN: 971  
ZS: 34,9 TZS: 8,5 FH: 36,6  
SZH:111,5 CK: 9,3 SÓ: 1,5

Fokhagyma krémleves  
Sárgarépa kocka  
Pritaminos csirkemáj  
Párolt rizs

Allergének:  
1,7

EN: 971  
ZS: 41,6 TZS: 8,2 FH:44,8  
SZH:101,9 CK: 3,8 SÓ: 4,1

Reszelt tésztaleves  
Sertés vagdalt  
Kelkáposzta főzelék  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,9,12

EN: 1106  
ZS: 43,1 TZS: 9 FH: 43,1  
SZH:129,6 CK: 1,7 SÓ: 4,7

Csontleves  
Bolognai halragu  
Spagetti  
Reszelt sajt

Allergének:  
1,3,4,7,9

EN: 750  
ZS: 33,5 TZS: 11 FH: 39,9  
SZH: 71,7 CK: 14,3 SÓ: 5,5

Babgulyás sertéshússal  
Langalló  
Félbarna kenyér

Allergének:  
1,3,6,7,9

EN: 1325  
ZS: 55 TZS: 20,4 FH: 55,2  
SZH: 144,9 CK: 4,7 SÓ: 3,3

Meggyleves  
Túzdelt sertéssült  
Hagymás tört burgonya  
Házi csalamádé

Allergének:  
1,7,12

EN: 872  
ZS: 33,1 TZS: 10,1 FH: 29,6  
SZH: 107,4 CK: 45,7 SÓ: 0,5

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 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 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.



SÁRVÁR

Felnőtt

2021.06.07.–2021.06.13.

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

Magyaros zöldborsóleves  
Sajtos tészta

Allergének:  
1,3,7

EN:732  
ZS: 27,7 TZS: 14,3 FH: 31  
SZH:81,9 CK:6,2 SÓ: 3,2

Tyúk erőleves  
Paradicsomos húsos káposzta  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,9

EN: 715  
ZS: 29,2 TZS: 7,2 FH: 27,5  
SZH:82,8 CK: 20,5 SÓ: 4,5

Sertés raguleves  
Túróval töltött zsemle  
Alma

Allergének:  
1,3,7,9

EN: 874  
ZS: 27,7 TZS: 11,4 FH:44,9  
SZH:104,5 CK: 30,1 SÓ: 1,7

Zabgaluska leves  
Grillfűszeres csirkemell  
Tejfőlés burgonyafőzelék  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,7,9,10,12

EN: 1065  
ZS: 34,4 TZS: 7,2 FH: 49,7  
SZH:125 CK: 5,7 SÓ: 4,5

Francia hagymaleves  
Leves gyöngy  
Rántott csirkemell  
Párolt rizs  
Coleslaw saláta

Allergének:  
1,3,7,10,12

EN: 1265  
ZS: 50,5 TZS: 9,7 FH: 45,6  
SZH: 153,6 CK: 6,7 SÓ: 4,2

Nyírségi gombócleves sertéshús  
Lekváros bukta

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN: 828  
ZS: 28,8 TZS: 8,4 FH: 27,4  
SZH: 109,8 CK: 34,9 SÓ: 0,6

Húsleves  
Sertéspörkölt  
Galuska  
Uborkasaláta

Allergének:  
1,3,9

EN: 1077  
ZS: 51 TZS: 9,6 FH: 46,7  
SZH: 105,2 CK: 6,8 SÓ: 4

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 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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.  
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést 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.



SÁRVÁR

Felnőtt

2021.06.14.–2021.06.20.

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

Daragaluska leves  
Natúr sertés szelet  
Lencsefőzelék  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,7,9,10

EN:1062  
ZS:30,2 TZS:6 FH:62,7  
SZH:126,8 CK:12,6 SÓ:3,7

Csirkemájgaluska leves  
Darás metélt  
Szilvavelő

Allergének:  
1,3,9

EN:778  
ZS:20,8 TZS:2,9 FH:24,2  
SZH:123,2 CK:27,8 SÓ:0,9

Tojásleves  
Rakott karfiol

Allergének:  
1,3,7

EN:858  
ZS:46,8 TZS:12,8 FH:34,4  
SZH:66,5 CK:5,3 SÓ:2,2

Alföldi gulyásleves  
Sajtos stangli

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:827  
ZS:38,8 TZS:11,1 FH:32,7  
SZH:82,5 CK:5,6 SÓ:1,7

Paradisomleves  
zellercsík  
Rántott halfilé  
Petrezselymes burgonya  
Házi csalamádé

Allergének:  
1,3,4,9,12

EN:876  
ZS:17,2 TZS:2,3 FH:34,4  
SZH:139,9 CK:35 SÓ:2,3

Tárkonyos sertés raguleves  
Meggyes mákos guba  
Vanília ízű öntet

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:1096  
ZS:39,7 TZS:10,7 FH:41  
SZH:135 CK:55,3 SÓ:1,6

Erőleves  
Mustáros sült tarja  
Pirított burgonya  
Káposztasaláta

Allergének:  
1,3,9,10,12

EN:889  
ZS:47,5 TZS:10,4 FH:28,7  
SZH:82,3 CK:8,8 SÓ:3,8

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 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 munkatársainknál! Diétás étkezéstétést 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

Felnőtt

2021.06.21.–2021.06.27.

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

Alföldi tésztaleves  
Szárnyas roló  
Zöldborsófőzelék  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,7,9

EN:979  
ZS: 30,2 TZS: 4,9 FH: 47,2  
SZH:127,7 CK:16 SÓ: 4

Legényfogó leves  
Gránátos kocka  
Lilakposzta saláta

Allergének:  
1,7,9,10,12

EN: 908  
ZS: 31,6 TZS: 6,8 FH: 33,8  
SZH:118,2 CK: 16,9 SÓ: 1,4

Tavaszi leves  
Erdélyi rakott káposzta  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN: 897  
ZS: 38,8 TZS: 15,2 FH:33,5  
SZH:91,8 CK: 10,1 SÓ: 9

Újházy tyúkhúsleves  
Szilvatöltelikes gombóc  
Fahéjas szórát

Allergének:  
1,3,9

EN: 1042  
ZS: 22,4 TZS: 1,4 FH: 50,2  
SZH:198,1 CK: 70,6 SÓ: 4,1

Csontleves  
Húsgombóc  
Paradicsommártás  
Sós burgonya  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,9,12

EN: 1061  
ZS: 34,9 TZS: 8,8 FH: 41  
SZH: 138 CK: 20,4 SÓ: 4,1

Palócleves sertéshússal  
Darafelfújt  
Karamellás öntet  
Almakompót

Allergének:  
1,3,7,12

EN: 1036  
ZS: 38 TZS: 14,5 FH: 34,1  
SZH: 130,6 CK: 47,8 SÓ: 0,6

Tavaszi leves  
Bakonyi sertésragu  
Párolt rizs

Allergének:  
1,3,7,9

EN: 857  
ZS: 40,6 TZS: 9,7 FH: 27,4  
SZH: 92,4 CK: 1,9 SÓ: 3,8

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 keresztiszennyeződéssel 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 érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést 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.



SÁRVÁR

Felnőtt

2021.06.28.–2021.07.04.

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

Sertés becsinált leves  
Aranygaluska  
Vaníliás öntet

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:1217  
ZS: 44,5 TZS: 11,3 FH: 41  
SZH:155,2 CK:45,3 SÓ: 0,5

Gombaleves  
Székelykáposzta  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN: 747  
ZS: 39,5 TZS: 12,8 FH: 29,3  
SZH:61,3 CK: 5,5 SÓ: 5,8

Kelbimbóleves  
Parajos-halás rakott tészta

Allergének:  
1,3,4,7

EN: 813  
ZS: 30 TZS: 12,1 FH:39,3  
SZH:92,2 CK: 8 SÓ: 2,7

Csontleves  
Főtt virsli  
Szárzabab főzelék  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,6,7,9

EN: 1125  
ZS: 44,7 TZS: 11,9 FH: 50,8  
SZH:123,3 CK: 9,5 SÓ: 5,8

Köménymag leves  
Pirított zsemlekočka  
Ördögdombi svábos apróhús  
Bulgur  
Alma

Allergének:  
1,7,10,12

EN: 902  
ZS: 27 TZS: 5,3 FH: 37  
SZH: 107 CK: 13,3 SÓ: 1,5

Hutai gazdag leves  
Sajtos pogácsa  
Alma

Allergének:  
1,3,7,10

EN: 947  
ZS: 48,7 TZS: 19,8 FH: 33,4  
SZH: 87,2 CK: 14,5 SÓ: 2,7

Tyúk erőleves  
Töltött csirkecomb  
Burgonyapüré  
Fejes saláta

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN: 891  
ZS: 26,9 TZS: 6,6 FH: 62,4  
SZH: 92,2 CK: 8,8 SÓ: 4,1

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 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 érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést 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.

