

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

SÁRVÁR

Óvoda

2021.05.31.–2021.06.06.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Gabonagolyó</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:178 ZS: 3,8 TZS: 2 FH: 7 SZH:25,4 CK:16,4 SÓ: 0,3</p>	<p>Tea Kőszegi túrókrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,8,12</p> <p>EN: 219 ZS: 4,8 TZS: 2,4 FH: 8,1 SZH:34,7 CK: 7,9 SÓ: 1</p>	<p>Gyümölcsstea Sajtos meleg szendvics teljes kiőrlésű kenyérral Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 274 ZS: 8,6 TZS: 3,9 FH:9,1 SZH:38,1 CK: 11,4 SÓ: 1,4</p>	<p>Tej Kakaós szelet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 351 ZS: 10,1 TZS: 4,6 FH: 11,6 SZH:49,9 CK: 23,2 SÓ: 0,3</p>	<p>Tea Csicseriborsó krém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,11,12</p> <p>EN: 210 ZS: 3 TZS: 0,9 FH: 6 SZH: 37,5 CK: 7,7 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>Bakonyi betyárleves sertéshússal Morzsás nudli Fahéjas szórát</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN:652 ZS: 18,3 TZS: 5 FH: 19,4 SZH:80,4 CK:9,5 SÓ: 1,7</p>	<p>Sertés húsgaluska leves Főtt tojás Parajmártás Sós burgonya Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 542 ZS: 19,6 TZS: 4,7 FH: 20,1 SZH:62,6 CK: 4,9 SÓ: 0,8</p>	<p>Fokhagyma krémleves Sárgarépa kocka Pritaminos csirkemáj Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 557 ZS: 22,8 TZS: 4,4 FH:25,7 SZH:60,7 CK: 1,9 SÓ: 2,3</p>	<p>Reszelt tésztalesves Sertés vagdalt Kelkáposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 574 ZS: 23,1 TZS: 4,8 FH: 22,3 SZH:65,6 CK: 0,8 SÓ: 3,1</p>	<p>Csontleves Bolognai halragu Spagetti Reszelt sajt</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9</p> <p>EN: 414 ZS: 18,2 TZS: 5,7 FH: 21,5 SZH: 40,7 CK: 8,1 SÓ: 2,1</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>Sertés párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN:175 ZS: 4,7 TZS: 1 FH: 5,4 SZH:26,4 CK:0,4 SÓ: 1,2</p>	<p>Kakaós csiga Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 576 ZS: 14,7 TZS: 2,6 FH: 12,2 SZH:96,2 CK: 36,2 SÓ: 0,1</p>	<p>Kefir Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 214 ZS: 5,4 TZS: 2,9 FH:8,8 SZH:32,2 CK: 6,8 SÓ: 0,5</p>	<p>Reszelt sajt Margarin Félbarna kenyér Répahasáb</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 220 ZS: 7,6 TZS: 4 FH: 8,5 SZH:28,1 CK: 0,4 SÓ: 1,4</p>	<p>Gépsonka Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 190 ZS: 3,7 TZS: 0,9 FH: 7,6 SZH: 31 CK: 0,8 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>

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. Csillagfürt; 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) megtekinthető.



ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

SÁRVÁR

Óvoda

2021.06.07.–2021.06.13.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér	Gyümölcs tea Teavaj Félbarna kenyér Színes zöldségek	Tea Citrusos tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér	Tejbedara Kakaós szórat	Tej Dejós kalács		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,4,6,10,12	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:248 ZS: 5,2 TZS: 2,4 FH: 8,1 SZH:37,8 CK:22,1 SÓ: 0,8	EN: 217 ZS: 6,6 TZS: 4 FH: 3,9 SZH:34,2 CK: 7,6 SÓ: 0,9	EN: 209 ZS: 4,2 TZS: 0,6 FH:7,5 SZH:33,7 CK: 8,1 SÓ: 0,9	EN: 262 ZS: 4 TZS: 2,4 FH: 9,2 SZH:43 CK: 26,8 SÓ: 0,3	EN: 298 ZS: 8,7 TZS: 3,2 FH: 12 SZH: 38,8 CK: 16,7 SÓ: 0,2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Magyaros zöldborsóleves Sajtos tészta	Tyúk erőleves Paradicsomos húsos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér	Sertés raguleves Túróval töltött zsemle Alma	Zabgaluska leves Főtt virsli Tefjölös burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Francia hagymaleves Leves gyöngy Rántott csirkemell Párolt rizs Coleslaw saláta		
<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,3,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:412 ZS: 15,2 TZS: 8 FH: 17,8 SZH:47,1 CK:3,5 SÓ: 0,7	EN: 412 ZS: 17,6 TZS: 4,4 FH: 16,2 SZH:45,8 CK: 12,2 SÓ: 3,3	EN: 462 ZS: 15,2 TZS: 6,1 FH:23,5 SZH:54,2 CK: 16,3 SÓ: 0,9	EN: 555 ZS: 18,2 TZS: 3,7 FH: 28,5 SZH:62,2 CK: 2,4 SÓ: 2,8	EN: 750 ZS: 29,6 TZS: 6,1 FH: 27,3 SZH: 91,4 CK: 3 SÓ: 1,5	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Húspástétom Félbarna kenyér	Natúr joghurt Kifli	Kenőmájás Félbarna kenyér Retek	Tavaszi felvágott Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Pritamin paprika		
<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,7,10	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6,10	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:195 ZS: 5,7 TZS: 1,6 FH: 6,5 SZH:26,6 CK:0,4 SÓ: 1,2	EN: 219 ZS: 7,2 TZS: 2,3 FH: 8,9 SZH:28,1 CK: 1 SÓ: 0,9	EN: 220 ZS: 5,4 TZS: 3,1 FH:8,8 SZH:32,4 CK: 7 SÓ: 0,5	EN: 193 ZS: 6,1 TZS: 0 FH: 6,4 SZH:26,9 CK: 0,4 SÓ: 1,2	EN: 186 ZS: 4,8 TZS: 1,6 FH: 6,9 SZH: 27,9 CK: 0,4 SÓ: 1,1	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 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. Csillagfű; 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) megtekinthető.



ÉTLAP

SÁRVÁR

Óvoda

2021.06.14.–2021.06.20.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<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>Tej Kukoricás pizza</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 543 ZS: 15,8 TZS: 6,8 FH: 23,2 SZH:71,9 CK: 14,4 SÓ: 1,6</p>	<p>Gyümölcs tea Finom túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 203 ZS: 3,1 TZS: 1,4 FH:8,2 SZH:33,9 CK: 7,7 SÓ: 0,7</p>	<p>Kakaós tej Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 321 ZS: 7,2 TZS: 4 FH: 10,5 SZH:50,3 CK: 25,5 SÓ: 0,6</p>	<p>Tea Főtt virsli Mustár Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10,12</p> <p>EN: 283 ZS: 10,5 TZS: 2,9 FH: 10,4 SZH: 35,3 CK: 8,9 SÓ: 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>Daragaluska leves Dinó szelet Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10</p> <p>EN:655 ZS: 24,5 TZS: 4,8 FH: 26,3 SZH:77,7 CK:6,2 SÓ: 2,5</p>	<p>Csirkemájgaluska leves Darás metélt Szilvavelő</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9</p> <p>EN: 452 ZS: 11,6 TZS: 1,6 FH: 14,1 SZH:72,6 CK: 16,3 SÓ: 0,3</p>	<p>Tojásleves Rakott karfiol</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 428 ZS: 23 TZS: 6,3 FH:17,4 SZH:33,7 CK: 2,7 SÓ: 1,1</p>	<p>Alföldi gulyásleves Sajtos stangli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 429 ZS: 20,3 TZS: 5,9 FH: 17,2 SZH:42,1 CK: 2,9 SÓ: 0,4</p>	<p>Paradicsomleves zellercsík Panírozott halrudacska Petrezselymes burgonya Házi csalamádé</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,9,12</p> <p>EN: 526 ZS: 15,5 TZS: 1,7 FH: 17,5 SZH: 75,3 CK: 19,1 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>
UZSONNA	<p>Sajtkrém Félbarna kenyér Réphasáb</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:204 ZS: 11,5 TZS: 6,2 FH: 7,1 SZH:17,6 CK:0,3 SÓ: 1</p>	<p>Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 193 ZS: 5,7 TZS: 1,9 FH: 6,5 SZH:26,5 CK: 0,4 SÓ: 1,3</p>	<p>Korporvit keksz Gyümölcssaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 117 ZS: 2,6 TZS: 1 FH:2,3 SZH:20,1 CK: 6,9 SÓ: 0,2</p>	<p>Csirkemáj pástétom Félbarna kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10</p> <p>EN: 185 ZS: 3,6 TZS: 1 FH: 7,6 SZH:28,9 CK: 0,8 SÓ: 0,9</p>	<p>Gyümölcs joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 250 ZS: 4,3 TZS: 2,5 FH: 7,5 SZH: 44 CK: 16,1 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>

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) megtekinthető.

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

SÁRVÁR

Óvoda

2021.06.21.–2021.06.27.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Mogyorós krém Félbarna kenyér	Tea Sajtos meleg szendvics teljes kiőrlésű kenyér	Tej Kakaós kalács	Gyümölcs tea Petrezselymes tojáskrém Félbarna kenyér	Tea Langalló Újhagyma		
<u>Allergének:</u> 1,6,7,8	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12	<u>Allergének:</u> 1,6,7,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:333 ZS: 9,4 TZS: 5,1 FH: 10,1 SZH:47,6 CK:21,2 SÓ: 1,1	EN: 242 ZS: 8,6 TZS: 3,9 FH: 8,9 SZH:30,5 CK: 4,2 SÓ: 1,4	EN: 445 ZS: 8,9 TZS: 4,4 FH:16,7 SZH:69 CK: 17 SÓ: 0,3	EN: 201 ZS: 3,2 TZS: 1,4 FH: 5,4 SZH:35,1 CK: 8,8 SÓ: 1	EN: 617 ZS: 26,4 TZS: 10,9 FH: 21,1 SZH: 70,7 CK: 10,5 SÓ: 1,6	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Alföldi térsztales Szárnyas roló Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Legényfogó leves Gránátos kocka Lilakáposzta saláta	Tavaszi leves Erdélyi rakott káposzta Teljes kiőrlésű kenyér	Újházy tyúkhúsleves Szilvatöltelikes gombóc Fahéjas szórát	Csontleves Húsgombóc Paradicsommártás Sós burgonya Teljes kiőrlésű kenyér		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,9	<u>Allergének:</u> 1,3,9,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:502 ZS: 15,5 TZS: 2,4 FH: 24,8 SZH:65 CK:7,5 SÓ: 2	EN: 519 ZS: 18 TZS: 3,8 FH: 19,2 SZH:68 CK: 10,2 SÓ: 1,2	EN: 429 ZS: 21,5 TZS: 7,5 FH:15,8 SZH:37,7 CK: 4,5 SÓ: 4,9	EN: 658 ZS: 14 TZS: 0,8 FH: 28,7 SZH:129,4 CK: 47,5 SÓ: 2,8	EN: 587 ZS: 18,9 TZS: 4,8 FH: 22,3 SZH: 77,4 CK: 12,5 SÓ: 0,8	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Olasz felvágott Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek	Gyümölcsös túrókrém Kifli	Diós sajtkrém Félbarna kenyér Alma	Tavaszi felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma	Pogácsa Almalé 100%-os		
<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:197 ZS: 5,5 TZS: 1,5 FH: 6,4 SZH:27,4 CK:0,5 SÓ: 1,4	EN: 184 ZS: 2,7 TZS: 1,4 FH: 7,8 SZH:31 CK: 4,2 SÓ: 0,6	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: 187 ZS: 4,9 TZS: 1,6 FH: 7 SZH:27,5 CK: 0,4 SÓ: 1,2	EN: 302 ZS: 6,7 TZS: 1,1 FH: 5,7 SZH: 53,1 CK: 24,6 SÓ: 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 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) megtekinthető.



ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

SÁRVÁR

Óvoda

2021.06.28.-2021. 07.04.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej
Gabonagolyó

Tejberizs
Fahéjas szórat

Tej
Reform piskóta

Tej
Méz
margarin csészés
Félbarna kenyér

Tea
Margaréta pizza

Allergének:
1,6,7

Allergének:
7

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,6,7,8

Allergének:
1,7,12

Allergének:

Allergének:

EN:178
ZS: 3,8 TZS: 2 FH: 7
SZH:25,4 CK:16,4 SÓ: 0,3

EN: 328
ZS: 3,1 TZS: 1,8 FH: 9,2
SZH:62,7 CK: 28,2 SÓ: 0,3

EN: 212
ZS: 5,4 TZS: 2,1 FH:9,4
SZH:28,9 CK: 15,3 SÓ: 0,3

EN: 333
ZS: 9,4 TZS: 5,1 FH: 10,1
SZH:47,6 CK: 21,2 SÓ: 1,1

EN: 532
ZS: 16,2 TZS: 6,3 FH: 16,1
SZH: 78,8 CK: 18,5 SÓ: 1,5

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Sertés becsinált leves
Aranygaluska
Vaníliás öntet

Gombaleves
Székelykáposzta
Teljes kiőrlésű kenyér

Kelbimbóleves
Parajos-halás rakott tészta

Csontleves
Főtt virsli
Szárzabab főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Köménymag leves
Pirított zsemlekočka
Ördögdombi svábos apróhús
Bulgur
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:
1,3,4,7

Allergének:
1,3,6,7,9

Allergének:
1,7,10,12

Allergének:

Allergének:

EN:696
ZS: 25,5 TZS: 6,4 FH: 23,5
SZH:88,7 CK:24,9 SÓ: 0,3

EN: 436
ZS: 24,5 TZS: 7,9 FH: 17,3
SZH:32,4 CK: 3,4 SÓ: 3,9

EN: 449
ZS: 16,5 TZS: 6,8 FH:22
SZH:51 CK: 4,5 SÓ: 1

EN: 562
ZS: 21,9 TZS: 5,6 FH: 25,6
SZH:62,6 CK: 5,1 SÓ: 2,6

EN: 545
ZS: 15,2 TZS: 3,1 FH: 22,4
SZH: 67,1 CK: 9,2 SÓ: 0,4

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Zala felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kaliforniai paprika

Zöldségkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Újhagyma

Húspástétom
Teljes kiőrlésű kenyér
Paradicsom

Kapros túrókrém
Félbarna kenyér
Réphasáb

Gépsonka
Teljes kiőrlésű zsemle
Margarin
Zöldpaprika

Allergének:
1,6

Allergének:
1

Allergének:
1,7,10

Allergének:
1,7

Allergének:
1,6

Allergének:

Allergének:

EN:197
ZS: 5,6 TZS: 1,6 FH: 6,4
SZH:26,9 CK:0,4 SÓ: 1,2

EN: 156
ZS: 2,2 TZS: 0,6 FH: 4,2
SZH:28,1 CK: 0,7 SÓ: 0,8

EN: 224
ZS: 7,5 TZS: 2,4 FH:9,2
SZH:28 CK: 1 SÓ: 0,7

EN: 181
ZS: 2,8 TZS: 1,6 FH: 7,9
SZH:29,1 CK: 0,6 SÓ: 1

EN: 173
ZS: 3,7 TZS: 1,1 FH: 7,1
SZH: 27,8 CK: 0,5 SÓ: 1,1

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 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) megtekinthető.

