

VESZPRÉM

Felső tagozat

2020. 11. 02.–2020. 11. 08.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Kakaós kalács	Gyümölcs tea Padlizsánkrém Félbarna kenyér	Tej Soproni felvágott Margarin Zsemle Kígyóborka	Karamellás tej Fatörzs kifli	Tea Tojáskarika Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom		
<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,3,10,12	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,3,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:297 ZS: 7,1 TZS: 3,8 FH: 10,7 SZH:43,4 CK:14,2 SÓ: 0,7	EN: 260 ZS: 7,9 TZS: 0,9 FH: 4,6 SZH:41,1 CK: 8,5 SÓ: 1,3	EN: 334 ZS: 10,1 TZS: 4,1 FH:14,3 SZH:40,2 CK: 9,9 SÓ: 1,6	EN: 307 ZS: 6,5 TZS: 3,5 FH: 9,9 SZH:48,7 CK: 24,3 SÓ: 0,6	EN: 289 ZS: 7,7 TZS: 2,3 FH: 10,3 SZH: 39,4 CK: 7,8 SÓ: 1,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Vajas galuska leves Paradicsomos sertés húsos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér	Tojásleves Zöldséges sertés vagdalt Burgonyapüré Csemege uborka	Tarhonya leves Csirkepörkölt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma	Csirke raguleves Gránátos kocka Cékla	Szilvaleves Rántott halfilé Zöldséges rizs Amerikai káposztasaláta		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,11,12	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,4,7,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:575 ZS: 25,1 TZS: 7,4 FH: 20,9 SZH:64 CK:15,1 SÓ: 2,8	EN: 733 ZS: 31,6 TZS: 8,6 FH: 28,5 SZH:76,8 CK: 6,8 SÓ: 2,9	EN: 667 ZS: 22,5 TZS: 4,7 FH:26,5 SZH:83,3 CK: 18,2 SÓ: 3	EN: 654 ZS: 19,2 TZS: 2,5 FH: 26,5 SZH:91,7 CK: 9,2 SÓ: 3,1	EN: 780 ZS: 17 TZS: 4,3 FH: 29 SZH: 125,7 CK: 33,7 SÓ: 1,5	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájás Hosszú zsemle Kápia paprika	Reszelt sajt Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Réphasáb	Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér	Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika	Gyümölcs joghurt Búzakorpás diákrúd		
<u>Allergének:</u> 1,6,10	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:263 ZS: 9,2 TZS: 0,4 FH: 9,3 SZH:35,3 CK:0 SÓ: 1,2	EN: 260 ZS: 10,4 TZS: 5,9 FH: 11,1 SZH:29,1 CK: 0,4 SÓ: 1,4	EN: 225 ZS: 2,4 TZS: 0,6 FH:4,5 SZH:44,4 CK: 13,1 SÓ: 1,1	EN: 190 ZS: 3,1 TZS: 0,8 FH: 9,3 SZH:27,8 CK: 0,4 SÓ: 1,1	EN: 258 ZS: 4,9 TZS: 3 FH: 7,8 SZH: 44,7 CK: 16,3 SÓ: 0,8	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. Rákkfélek; 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. Csillagfűt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kizsoltgást végző munkatársainknál! 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.

VESZPRÉM

Felső tagozat

2020. 11. 09.–2020. 11. 15.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Fonott kalács	Gyümölcsstea Vaníliás krémtúró Félbarna kenyér	Gyümölcsstea Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér	Kakaós tej Vajkrém Császárszemle	Tej Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika		
<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,6,12	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:296 ZS: 7 SZH:44 TZS: 3,7 CK:14,2 FH: 10,2 SÓ: 0,6	EN: 254 ZS: 3,6 SZH:43,3 TZS: 2,1 CK: 10,5 FH: 9,7 SÓ: 1,1	EN: 270 ZS: 7 SZH:40 TZS: 1,9 CK: 7,7 FH:8,1 SÓ: 1,8	EN: 407 ZS: 15,1 SZH:52,5 TZS: 8,7 CK: 23,8 FH: 11,8 SÓ: 1,3	EN: 327 ZS: 8 SZH: 43,3 TZS: 4 CK: 11,9 FH: 13,1 SÓ: 1,2	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:

EBÉD

Reszelt tésztaleves Parajfőzelék Főtt tojás Főtt burgonya Félbarna kenyér	Zeller krémleves Leves gyöngy Barbecue csirkeragu Bulgur Narancs	Babgulyás sertéshússal Teljes kiőrlésű kenyér Darás metélt Gyümölcs öntet	Citromos kerti leves Reszelt csirkemáj Tört burgonya Csemege uborka	Kakukkfűves gombaleves Rántott csirkecomb filé Rizibizi Vegyes saláta		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,9	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:577 ZS: 17,2 SZH:78,9 TZS: 3,3 CK:8,7 FH: 18,3 SÓ: 2,9	EN: 769 ZS: 24,9 SZH:91,1 TZS: 6,9 CK: 15,6 FH: 29,9 SÓ: 2,4	EN: 940 ZS: 24,8 SZH:143,2 TZS: 5,2 CK: 21,8 FH:32,9 SÓ: 0,9	EN: 593 ZS: 24 SZH:62,7 TZS: 4,8 CK: 5,6 FH: 25,1 SÓ: 3,3	EN: 794 ZS: 19,8 SZH: 115,5 TZS: 3,1 CK: 9,2 FH: 37,4 SÓ: 3,1	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:

UZSONNA

Magyar vajkrém Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika	Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kifli Kápia paprika	Edami sajt Margarin Hosszú zsemle Kígyóuborka	Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Réphasáb	Müzli szelet Mandarin		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,5,6,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:227 ZS: 9,6 SZH:28,4 TZS: 5,6 CK:1,3 FH: 5,4 SÓ: 1,1	EN: 211 ZS: 9,7 SZH:21,7 TZS: 3,7 CK: 0,3 FH: 7,5 SÓ: 1,3	EN: 278 ZS: 9,7 SZH:34,8 TZS: 5,8 CK: 0 FH:13,4 SÓ: 1,3	EN: 199 ZS: 5,7 SZH:29,6 TZS: 0,8 CK: 0,4 FH: 7,7 SÓ: 1,5	EN: 133 ZS: 1,9 SZH: 25,8 TZS: 0,8 CK: 19 FH: 1,9 SÓ: 0,1	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:

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 ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársaink! 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.

VESZPRÉM

Felső tagozat

2020. 11. 16.–2020. 11. 22.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Briós	Gyümölcsstea Füstölt sajtos brokkoli krém Félbarna kenyér	Tej Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Vaníliás tej Mogyorós krém Félbarna kenyér	Gyümölcsstea Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom		
<u>Allergének:</u> 1,3,6,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,6,7,8	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<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: 229 ZS: 3,7 SZH:39,5 TZS: 2,1 CK: 7,9 FH: 7,8 SÓ: 1,3	EN: 313 ZS: 8,2 SZH:40 TZS: 3,3 CK: 9,7 FH:13 SÓ: 1,2	EN: 409 ZS: 9,4 SZH:65,7 TZS: 5,1 CK: 32,2 FH: 10,8 SÓ: 1,3	EN: 279 ZS: 9,8 SZH: 39,9 TZS: 5,6 CK: 8,5 FH: 6 SÓ: 1,3	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:

EBÉD

Hamis gulyásleves Sertés pörkölt Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Hagyma krémleves Pírtott zsemlekocka Pincepörkölt Teljes kiőrlésű kenyér Házi csalamádé	Frankfurti leves Szilvatöltelekes gombóc Fahéjas szórat Kivi	Paradicsomleves Halpogácsa Kukoricás rizs Tzatziki saláta	Vegyes zöldségleves Vadas sertés ragu Makaróni tészta		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:734 ZS: 30 SZH:84,1 TZS: 7 CK:14,1 FH: 27,1 SÓ: 3,6	EN: 704 ZS: 19,9 SZH:94,7 TZS: 3,9 CK: 8,7 FH: 29,8 SÓ: 2,8	EN: 970 ZS: 26,6 SZH:163,5 TZS: 4,7 CK: 50,7 FH:25 SÓ: 2,7	EN: 691 ZS: 18,7 SZH:99,7 TZS: 3,6 CK: 18,9 FH: 28,4 SÓ: 3,2	EN: 653 ZS: 29,9 SZH: 67,9 TZS: 7,6 CK: 6,1 FH: 25,6 SÓ: 2,8	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:

UZSONNA

Sajtkrém Félbarna kenyér Kávia paprika	Olasz felvágott Margarin Szezámgyöngy zsemle	Kenőmájás Kifli Kígyóborka	Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika	Túró desszert Narancs		
<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> 6,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:210 ZS: 4 SZH:33,5 TZS: 2,2 CK:1,3 FH: 8,1 SÓ: 1,3	EN: 237 ZS: 8,8 SZH:27,8 TZS: 2,4 CK: 0,8 FH: 8,3 SÓ: 1,3	EN: 231 ZS: 9,5 SZH:27,2 TZS: 0,3 CK: 1,1 FH:8,3 SÓ: 1	EN: 185 ZS: 4,3 SZH:28,4 TZS: 1,2 CK: 0,5 FH: 8,7 SÓ: 1,4	EN: 143 ZS: 4,4 SZH: 21,7 TZS: 3,4 CK: 20,7 FH: 2,3 SÓ: 0	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: 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. Szezámgyöngy; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! 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 étel fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

VESZPRÉM

Felső tagozat

2020. 11. 23.–2020. 11. 29.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Kakaós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:297 ZS: 7,1 TZS: 3,8 FH: 10,7 SZH:43,4 CK:14,2 SÓ: 0,6</p>	<p>Gyümölcsstea Majonézes tojáskrém Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 242 ZS: 6,4 TZS: 1,5 FH: 6,7 SZH:36,7 CK: 10,7 SÓ: 0,7</p>	<p>Gyümölcsstea Szezámagos vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,11,12</p> <p>EN: 279 ZS: 9,7 TZS: 5,3 FH:6,3 SZH:39,8 CK: 8,5 SÓ: 1,3</p>	<p>Tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 333 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,2 SZH:57,4 CK: 26,1 SÓ: 1,3</p>	<p>Gyümölcsstea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 242 ZS: 3,8 TZS: 2,2 FH: 10,2 SZH: 39,3 CK: 7,7 SÓ: 0,9</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 Sertés pörkölt Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9</p> <p>EN:868 ZS: 29,8 TZS: 7,5 FH: 36,9 SZH:101,8 CK:12,5 SÓ: 3,6</p>	<p>100%-os gyümölcslé Bolognai spagetti Reszelt sajt</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9</p> <p>EN: 663 ZS: 30,5 TZS: 10,2 FH: 26,5 SZH:70 CK: 34,3 SÓ: 3</p>	<p>Zsurmóka leves Csirkemáj rizottó Uborkasaláta Almás kevert sütemény</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 715 ZS: 26,2 TZS: 6,5 FH:28,8 SZH:88,4 CK: 21,6 SÓ: 3,2</p>	<p>Magyaros zöldbaleves Kolbászos rakott burgonya Cékla</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,10,12</p> <p>EN: 612 ZS: 27,7 TZS: 9,1 FH: 18,6 SZH:52,9 CK: 6,8 SÓ: 2,6</p>	<p>Zöldség krémleves Leves gyöngy Rántott csirkemell Petrezselymes rizs Vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 996 ZS: 36,2 TZS: 7,5 FH: 40 SZH: 126,2 CK: 9,5 SÓ: 2,2</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>
UZSONNA	<p>Zöldfűszeres sajtkrém Búzakorpás diákrúdd Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:199 ZS: 5,1 TZS: 2,9 FH: 8,3 SZH:29,1 CK:2,2 SÓ: 0,9</p>	<p>Füstölt baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Réphasáb</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 225 ZS: 8 TZS: 2,7 FH: 7,5 SZH:29,5 CK: 0,4 SÓ: 1,4</p>	<p>Trappista sajt szelet Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 265 ZS: 10,2 TZS: 5,7 FH:11,3 SZH:29,8 CK: 0,7 SÓ: 1,8</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 213 ZS: 3,4 TZS: 0,8 FH: 10 SZH:31,9 CK: 0,4 SÓ: 1,3</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. 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 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

VESZPRÉM

Felső tagozat

2020. 11. 30.–2020. 12. 06.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Kakaós tej
Foszlós kalács

Gyümölcsstea
Citromos túrókrém
Zsemle

Gyümölcsstea
Házi füstölt sajtkrém
Kifli

Tej
Sárgabarack extra dzsem
Margarin
Félbarna kenyér

Gyümölcsstea
Főtt tojás
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóborka

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,7,12

Allergének:
1,7,12

Allergének:
1,7

Allergének:
1,3,12

Allergének:

Allergének:

EN:359
ZS: 9,4 TZS: 4,6 FH: 11,6
SZH:54 CK:28,6 SÓ: 0,8

EN: 246
ZS: 3,3 TZS: 1,9 FH: 9,6
SZH:42,2 CK: 11,6 SÓ: 0,7

EN: 272
ZS: 10,9 TZS: 5,1 FH:8,9
SZH:33,9 CK: 8,4 SÓ: 0,9

EN: 325
ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,3
SZH:53,6 CK: 22,3 SÓ: 1,3

EN: 245
ZS: 5,2 TZS: 1,5 FH: 7,6
SZH: 38,5 CK: 7,7 SÓ: 1

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Tárkonyos zöldség leves
Tarhonyás csirke hús
Házi csalamádé

Lebbencsleves
Dinó szelet
Zöldborsófőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Csirkemájgaluska leves
Mákos guba
Vaníliás öntet
Narancs

Csontleves
Paradicsomos
húsgombóc
Főtt burgonya
Teljes kiőrlésű kenyér

Körteleves
Sajttal töltött rántott halfilé
Petrezselymes rizs
Amerikai káposztasaláta
Mikulás desszert

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:
1,3,7,12

Allergének:
1,3,7,9

Allergének:
1,3,9,12

Allergének:
1,3,4,6,7,10,12

Allergének:

Allergének:

EN:626
ZS: 20,1 TZS: 3,7 FH: 30,8
SZH:78,4 CK:12,3 SÓ: 2

EN: 734
ZS: 24,9 TZS: 4,4 FH: 25,6
SZH:96,2 CK: 10,1 SÓ: 2,7

EN: 802
ZS: 21,1 TZS: 4,8 FH:26,4
SZH:119,1 CK: 58,2 SÓ: 1,4

EN: 656
ZS: 21,5 TZS: 5,2 FH: 22,6
SZH:89 CK: 16,5 SÓ: 2,6

EN: 914
ZS: 36,5 TZS: 11,1 FH: 22,3
SZH: 121,7 CK: 40,2 SÓ: 1,5

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Snidlinges vajkrém
Teljes kiőrlésű zsemle
Kígyóborka

Olasz felvágott
Margarin
Kifli
Kápia paprika

Zala felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle
Zöldpaprika

Kenőmájas
Zsemle
Kápia paprika

Kockasajt
Kifli

Allergének:
1,7

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1,6

Allergének:
1,6,10

Allergének:
1,7

Allergének:

Allergének:

EN:224
ZS: 9,5 TZS: 5,6 FH: 5,3
SZH:28 CK:1,3 SÓ: 1,1

EN: 230
ZS: 7,6 TZS: 2,2 FH: 8,4
SZH:28,2 CK: 1,3 SÓ: 1,3

EN: 225
ZS: 7,2 TZS: 2,1 FH:8
SZH:28,5 CK: 0,5 SÓ: 1,3

EN: 247
ZS: 9 TZS: 0 FH: 8,4
SZH:30,8 CK: 0,7 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:

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. 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 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.