

Szombathely

Felnőtt

2026. 03. 02.–2026. 03. 06.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

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:

EBÉD

Zöldséges burgonyaleves (1,7,9,12)
Székelykáposzta (1,7,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,9,12

EN:498
ZS:24,9 TZS:9,4 FH:18,1
SZH:46,2 CK:6,2 SÓ:3,75

Almás szilvakermleves (1,7,12)
Panírozott halfilé (1,4,7,10)
Kukoricás rizs
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,4,7,10,12

EN:858
ZS:22,7 TZS:3 FH:23,5
SZH:137,6 CK:50,4 SÓ:2,62

Zöldségkrémleves (1,7,9)
Leves gyöngy (1,3,7)
Tarhonyás hús (1)
Lilakáposzta saláta

Allergének:
1,3,7,9

EN:780
ZS:28,2 TZS:7,9 FH:28,6
SZH:99,8 CK:21,5 SÓ:1,12

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Sertéspörkölt (1)
Lencsefőzelék (1,7,10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:769
ZS:29,1 TZS:8,2 FH:35,9
SZH:84,1 CK:10,3 SÓ:2,24

Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Túróval töltött zsemle (1,7)
Vaníliás öntet (7)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:932
ZS:17,6 TZS:9,1 FH:39,4
SZH:144 CK:57,2 SÓ:2,41

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:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyezéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén 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 érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A HÜSMENTES NAP
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

Szombathely

Felnőtt

2026. 03. 09.–2026. 03. 13.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

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:

EBÉD

Édes gyökekrémleves (1,7,9,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Tavaszi rizseshús (9)
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:1058
ZS:46,5 TZS:18,7 FH:46,7
SZH:105,8 CK:15,9 SÓ:2,15

Lebbencsleves (1,12)
Sertésvagdalt (1,3)
Sárgaborsófőzelék (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,12

EN:930
ZS:39,2 TZS:10,9 FH:40,7
SZH:91,8 CK:2,8 SÓ:2,83

Húsgaluska leves (1,3,7,9,12)
Darás metélt (1)
Eperöntet (12)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:808
ZS:25,8 TZS:5,6 FH:27
SZH:115,7 CK:26,2 SÓ:0,79

Paradicsomleves (1,3,9)
Kukorica morzsás csirkemell csík (1)
Rizibizi
Káposztasaláta

Allergének:
1,3,9

EN:973
ZS:28,6 TZS:3,8 FH:38
SZH:136,6 CK:41,8 SÓ:2,84

Zöldségleves frídattoval (1,3,7,9,12)
Főtt tojás (3)
Sóskamártás (7)
Főtt burgonya (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Gesztenyerúd

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:838
ZS:19 TZS:7,1 FH:27,5
SZH:125,6 CK:27,3 SÓ:2,79

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:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyezéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén 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 érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A **HÜSMENTES NAP**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Szombathely

Felnőtt

2026. 03. 16.–2026. 03. 20.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

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:

EBÉD

Brokkolikrémléves (1,7,12)
Pirított tökmag
Pincepörkölt (12)
Csalamádé (10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,10,12

EN:827
ZS:33,8 TZS:8,2 FH:35,9
SZH:83,3 CK:5,1 SÓ:2,97

Tárkonyos zöldségleves (1,3,7,9,12)
Bolognai halragu (4,9)
Spagetti (1)
Sajt szórat (7)

Allergének:
1,3,4,7,9,12

EN:781
ZS:29,4 TZS:9,4 FH:35,3
SZH:91,6 CK:18,2 SÓ:1,5

Gyümölcsleves (1,7,12)
Búbos sertésszelet (1,3,7)
Petrezselymes rizs
Lilakáposzta salátája

Allergének:
1,3,7,12

EN:975
ZS:27 TZS:8,1 FH:40
SZH:140 CK:51,4 SÓ:1,71

Csontleves (1,3,9)
Paradicsomos húsos káposzta (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9

EN:532
ZS:23,1 TZS:5,8 FH:23,8
SZH:53,6 CK:18 SÓ:1,84

Zsályás zöldbableves (1,3,7)
Aranygaluska (1,3,7)
Vaníliás öntet (7)

Allergének:
1,3,7

EN:1038
ZS:32 TZS:8,2 FH:25,6
SZH:158,9 CK:56,7 SÓ:1,05

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:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyezéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén 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 a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A **HÜSMENTES NAP**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Szombathely

Felnőtt

2026. 03. 23.–2026. 03. 27.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

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:

EBÉD

Tarhonyaleves (1,12)
Főtt virsli
Zöldborsófőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,12

EN:793
ZS:32,7 TZS:13,5 FH:36,1
SZH:80,8 CK:16,8 SÓ:3,84

Májgaluska leves (1,3,9,12)
Burgonyás tészta (1,12)
Cékla savanyúság (10)

Allergének:
1,3,9,10,12

EN:695
ZS:18,6 TZS:2,4 FH:25,4
SZH:102,5 CK:11,6 SÓ:2,88

Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Natúr sertésszelet
Fűszeres karotta kukoricával
Párolt rizs

Allergének:
1,3,7,12

EN:843
ZS:31,5 TZS:6,1 FH:30,3
SZH:102,3 CK:5,2 SÓ:2,64

Tojásleves (1,3)
Házi húspogácsa (1,3)
Kelkáposztafőzelék (1,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,12

EN:662
ZS:35,5 TZS:7,7 FH:28,4
SZH:53,7 CK:1,8 SÓ:2,31

Vöröslencse krémleves (1,7,12)
Rántott sajt (1,7)
Petrezselymes rizs
Tartármártás (3,7,10)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:1357
ZS:61,8 TZS:18,5 FH:44,2
SZH:138,5 CK:18,2 SÓ:3,66

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:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyezéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén 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 érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A **HÜSMENTES NAP**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Szombathely

Felnőtt

2026. 03. 30.–2026. 04. 03.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

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:

EBÉD

Köménymaglevés (1)
Leves gyöngy (1,3,7)
Ördögdombi svábos apróhús (1,7,10,12)
Bulgur (1)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:814
ZS:34,2 TZS:6,8 FH:27,6
SZH:83,8 CK:5 SÓ:1,65

Zöldséglevés eperlevéllel (1,3,12)
Natúr csirkemell
Majorannás burgonyafőzelék (1,7,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,12

EN:545
ZS:12,5 TZS:2,8 FH:37,6
SZH:64,9 CK:4,2 SÓ:1,58

Hortobágyi betyárlevés (1,3,9)
Káposztás tészta (1)
Húsvéti desszert (6,7)

Allergének:
1,3,6,7,9

EN:914
ZS:27,9 TZS:11,7 FH:41,6
SZH:120,5 CK:40,7 SÓ:1,31

Reszelt tésztaleves (1,3,9,12)
Főtt tojás (3)
Parajmártás (1,7)
Tört burgonya (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:665
ZS:23,8 TZS:5 FH:25,9
SZH:72,6 CK:5,8 SÓ:2,03

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyezéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén 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 érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést biztosítunk. A 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A HÜSMENTES NAP
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.