

ÉTLAP

HUNGAST
Kérlek még!

Budapest

Általános iskola alsó tagozat

2026. 08. 31.–2026. 09. 04.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

TÍZÓRAI

			Gyümölcsstea Körözött (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom			Gyümölcsstea Majonézes tojáskrém (3,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1)			Gyümölcsstea Reszelt sajt (7) Margarin Félbarna kenyér (1)			Tejeskávé (7) Fatörzs kifli (1,3,7)		
<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u> 1,7			<u>Allergének:</u> 1,3,10			<u>Allergének:</u> 1,7			<u>Allergének:</u> 1,3,7		
EN:			EN:219			EN:228			EN:240			EN:309		
ZS:	TZS:	FH:	ZS:4,3	TZS:2,5	FH:7,6	ZS:5,6	TZS:1,2	FH:6,3	ZS:8	TZS:4,6	FH:8,7	ZS:6,5	TZS:3,5	FH:9,9
SZH:	CK:	SÓ:	SZH:35,6	CK:8,5	SÓ:1	SZH:34,3	CK:8,8	SÓ:1,01	SZH:33	CK:8	SÓ:1,05	SZH:48,8	CK:23,4	SÓ:0,63

EBÉD

			Bableves (1,3,9) Bolognai spagetti (bio tésztával) (1,9) Sajt szorát (7)			Tejfölös burgonyaleves (1,7,9,12) Tejbedara (1,7) Fahéjas porcukor Alma			Tojásleves (1,3) Natúr sertésszelet karajból Paradicsomos káposztafőzelék (1) Teljes kiőrlésű kenyér (1)			Gyümölcsleves (1,7,12) Sajtos csirkeragu (1,7) Petrezselymes rizs		
<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u> 1,3,7,9			<u>Allergének:</u> 1,7,9,12			<u>Allergének:</u> 1,3			<u>Allergének:</u> 1,7,12		
EN:			EN:709			EN:473			EN:441			EN:550		
ZS:	TZS:	FH:	ZS:29	TZS:9,2	FH:31,7	ZS:12,7	TZS:6,7	FH:12,8	ZS:17,4	TZS:1,6	FH:15,4	ZS:13,5	TZS:2,9	FH:21,7
SZH:	CK:	SÓ:	SZH:77,4	CK:8,5	SÓ:0,75	SZH:75,5	CK:46,7	SÓ:0,69	SZH:48,9	CK:19,1	SÓ:1,43	SZH:80,8	CK:23,5	SÓ:1,49

UZSONNA

			Réteges joghurt kajszibarackkal (7) Kifli (1,7)			Sertéspárizsi Margarin Zsemle (1) Kígyóborka			Gépsonka Margarin Zsemle (1) Salátalevél			Kockasajt (7) Teljes kiőrlésű kifli (1) Zöldpaprika		
<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u> 1,7			<u>Allergének:</u> 1			<u>Allergének:</u> 1			<u>Allergének:</u> 1,7		
EN:			EN:315			EN:233			EN:207			EN:184		
ZS:	TZS:	FH:	ZS:6,5	TZS:4	FH:9,5	ZS:7,9	TZS:2,7	FH:8	ZS:4,3	TZS:1,4	FH:9,1	ZS:6,3	TZS:3,8	FH:6,8
SZH:	CK:	SÓ:	SZH:51,7	CK:22,7	SÓ:0,67	SZH:30,8	CK:0,7	SÓ:1,29	SZH:31,2	CK:1,3	SÓ:1,54	SZH:23,3	CK:1,8	SÓ:1,2

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál 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. 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.

Budapest

Általános iskola alsó tagozat

2026. 09. 07.–2026. 09. 11.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

TÍZÓRAI

Karamellás tej (7)
Fahéjas csiga (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:353
ZS:11,5
SZH:51,2

TZS:6,3
CK:32,7

FH:8,1
SÓ:0,51

Gyümölcs tea
Majonézes tonhalkrém (3,4,10)
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,3,4,10

EN:228
ZS:5,9
SZH:34,4

TZS:0,7
CK:9

FH:8,6
SÓ:1,02

Gyümölcs tea
Vaníliás túrókrém (7)
Zsemle (1)

Allergének:
1,7

EN:232
ZS:2,7
SZH:41,4

TZS:1,4
CK:12,1

FH:8,4
SÓ:0,66

Tej (7)
Csokoládékrém (6,7)
Zsemle (1)

Allergének:
1,6,7

EN:355
ZS:11,4
SZH:49,9

TZS:3,9
CK:17,8

FH:11,9
SÓ:0,89

Gyümölcs tea
Főtt tojás (3)
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,3

EN:227
ZS:5,1
SZH:34,5

TZS:1,5
CK:8,4

FH:6,9
SÓ:0,86

EBÉD

Tarhonyaleves (1,12)
Sertéspörkölt (1)
Zöldborsófőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,12

EN:490
ZS:11,7
SZH:65,6

TZS:4
CK:14,6

FH:24,1
SÓ:1,07

Csirkebecsinált leves (1,7,9,12)
Burgonyás tészta (1,12)
Csalamádé (10,12)

Allergének:
1,7,9,10,12

EN:493
ZS:15,2
SZH:64,7

TZS:2,4
CK:5

FH:18,9
SÓ:2,16

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

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:854
ZS:38,5
SZH:91

TZS:11,7
CK:10,5

FH:25,6
SÓ:2,12

Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Sertés fasírtgolyó
Kelkáposztafőzelék (1,12)
Szőlő
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,12

EN:462
ZS:11,2
SZH:59,7

TZS:2,5
CK:19,6

FH:19,7
SÓ:1,98

Paradisomleves (1,3,9)
Natúr sertésszelet karajból
Pecsényel (1,12)
Párolt rizs
Fűszeres karotta kukoricával

Allergének:
1,3,9,12

EN:593
ZS:20,9
SZH:80,1

TZS:2,9
CK:17,7

FH:17
SÓ:1,36

UZSONNA

Kenőmájas
Kifli (1,7)
Kápi paprika

Allergének:
1,7

EN:228
ZS:8,1
SZH:29,1

TZS:2,9
CK:2,5

FH:8,6
SÓ:1,04

Soproni felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Kígyóborka

Allergének:
1

EN:222
ZS:8,2
SZH:28,1

TZS:3,1
CK:0,8

FH:7,8
SÓ:1,34

Natúr szendvicskrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:176
ZS:4,3
SZH:27,8

TZS:2
CK:1,4

FH:4,7
SÓ:0,86

Paprikás szalámi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kígyóborka

Allergének:
1

EN:222
ZS:9,1
SZH:26,3

TZS:3,3
CK:0,5

FH:7,4
SÓ:1,3

Mese fit Detki keksz (1)
Alma

Allergének:
1

EN:267
ZS:8,9
SZH:41

TZS:4,1
CK:20,9

FH:4,2
SÓ:0,21

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. Csillagfű; 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

Budapest

Általános iskola alsó tagozat

2026. 09. 14.–2026. 09. 18.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

TÍZÓRAI

Kakaós tej (7)
Briós (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:353
ZS:7,7 TZS:4 FH:10,1
SZH:56,8 CK:28,2 SÓ:0,67

Tej (7)
Dzsungel gabonapehely (1,6)

Allergének:
1,6,7

EN:240
ZS:3,9 TZS:2,1 FH:9,7
SZH:41 CK:21 SÓ:0,52

Gyümölcsstea
Sajtkrém (7)
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:195
ZS:2,4 TZS:1,1 FH:7
SZH:35,9 CK:8,9 SÓ:0,95

Gyümölcsstea
Petrezselymes uborkás tojáskrém (3,10,12)
Zsemle (1)

Allergének:
1,3,10,12

EN:244
ZS:5,2 TZS:0,9 FH:6,7
SZH:38,7 CK:9,2 SÓ:0,99

Tej (7)
Csirkemell sonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Paradicsom

Allergének:
1,7

EN:276
ZS:7 TZS:3,2 FH:15,2
SZH:36,8 CK:9,9 SÓ:1,64

EBÉD

Zellerkrémleves (1,7,9,12)
Pirított napraforgómag
Tarhonyás hús csirkehússal (1)
Kovászós uborka (1)

Allergének:
1,7,9,12

EN:580
ZS:23,3 TZS:2,8 FH:26,1
SZH:62,4 CK:6,1 SÓ:2,14

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Dino szelet (1)
Majorannás burgonyafőzelék (1,7,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:467
ZS:12,8 TZS:2,5 FH:18,2
SZH:65,1 CK:3 SÓ:1,59

Sertésraguleves (1,3,9)
Dejós morzsás nudli (1)
Vaníliás öntet (7)

Allergének:
1,3,7,9

EN:806
ZS:18,7 TZS:4,4 FH:22,6
SZH:110,1 CK:27 SÓ:2,24

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Vegetáriánus chilis bab
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9,12

EN:389
ZS:5,1 TZS:0,6 FH:22,5
SZH:61,3 CK:6,6 SÓ:1,1

Karamellás körteleves (1,7,12)
Panírozott halfilé (1,4,7,10)
Rizibizi
Káposztasaláta

Allergének:
1,4,7,10,12

EN:691
ZS:20,3 TZS:2,9 FH:23,3
SZH:100,4 CK:31,6 SÓ:1,87

UZSONNA

Magyaros vajkrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kígyóuborka

Allergének:
1,7

EN:175
ZS:4,6 TZS:2,8 FH:5
SZH:26,8 CK:1,2 SÓ:0,89

Zala felvágott
Margarin
Zsemle (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1

EN:239
ZS:7,6 TZS:2,7 FH:8,7
SZH:31,8 CK:1,2 SÓ:1,21

Sertéspárizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Salátalevél

Allergének:
1

EN:216
ZS:7,9 TZS:2,9 FH:7,4
SZH:27,4 CK:0,4 SÓ:1,24

Reszelt sajt (7)
Margarin
Félbarna kenyér (1)
Kígyóuborka

Allergének:
1,7

EN:213
ZS:8 TZS:4,6 FH:9
SZH:26,1 CK:0,6 SÓ:1,06

Túró rudi (6,7)
Szilva

Allergének:
6,7

EN:160
ZS:4,5 TZS:3,9 FH:4
SZH:24,8 CK:23,6 SÓ:0,04

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál 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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 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.

Budapest

Általános iskola alsó tagozat

2026. 09. 21.–2026. 09. 25.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

TÍZÓRAI

Vaníliás tej (7)
Margarin
Foszlós kalács (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:372
ZS:11,2
SZH:53,7
TZS:5,1
FH:11,1
SÓ:0,89
CK:27,6

Gyümölcsstea
Körözött (7)
Zsemle (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:228
ZS:2,6
SZH:39,7
TZS:1,3
FH:9,1
SÓ:0,73
CK:9,7

Gyümölcsstea
Mediterrán tonhalkrém (4,7,10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,4,7,10,12

EN:210
ZS:3,8
SZH:33,9
TZS:1,5
FH:8,2
SÓ:0,97
CK:8,6

Tej (7)
Méz
Margarin
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:292
ZS:5,6
SZH:51,4
TZS:2,8
FH:10,4
SÓ:0,93
CK:26,4

Gyümölcsstea
Soproni felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Paradicsom

Allergének:
1

EN:253
ZS:8,4
SZH:35,1
TZS:3,1
FH:7,7
SÓ:1,44
CK:8,2

EBÉD

Eperkrémleves (1,7,12)
Borsos sertéstokány (1)
Bulgur (1)
Uborkasaláta

Allergének:
1,7,12

EN:583
ZS:18,8
SZH:78,8
TZS:5,4
FH:16,7
SÓ:0,75
CK:28

Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Paradicsomos húsgombóc (1,9)
Főtt burgonya (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9,12

EN:530
ZS:16,2
SZH:72,7
TZS:3,8
FH:18,3
SÓ:1,34
CK:21,6

Bableves füstölt hússal (1,3,9)
Mákos metélt (1)
Szilva
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9

EN:698
ZS:20,2
SZH:106
TZS:2,9
FH:24,7
SÓ:1,56
CK:31,3

Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12)
Panírozott zöldséggolyó (1,3,7)
Burgonyapüré (7,12)
Zöldpaprika

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:462
ZS:12,1
SZH:65,6
TZS:3
FH:13,8
SÓ:1,38
CK:4

Tejfölös karfiolleves (1,3,7)
Kukorica morzsás csirkemell csik (1)
Mexikói rizs
Coleslaw (3,7,10,12)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:625
ZS:24,1
SZH:75,2
TZS:4,5
FH:24,8
SÓ:2,42
CK:7,9

UZSONNA

Kenőmájás
Teljes kiőrlésű kifli (1)
Kápi paprika

Allergének:
1

EN:204
ZS:7,9
SZH:23,2
TZS:2,8
FH:8,1
SÓ:1,11
CK:1,6

Füstölt pulykapárizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1

EN:207
ZS:7,7
SZH:26
TZS:2,7
FH:7,1
SÓ:1,38
CK:0,4

Csemege szalámi
Margarin
Zsemle (1)
Kígyóborka

Allergének:
1

EN:241
ZS:9,1
SZH:30,5
TZS:3,2
FH:7,5
SÓ:1,32
CK:0,8

Sajtszelet (7)
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)

Allergének:
1,7

EN:218
ZS:7,9
SZH:26,6
TZS:4,6
FH:8,9
SÓ:1
CK:0,4

Réteges joghurt áfonyával (7)
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

EN:315
ZS:6,3
SZH:53,5
TZS:3,8
FH:9,7
SÓ:0,67
CK:22,7

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál 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. Szézámmag; 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.

Budapest

Általános iskola alsó tagozat

2026. 09. 28.–2026. 10. 02.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

TÍZÓRAI

Tej (7)
Sárgabarack extra dzsem
Margarin
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:283
ZS:5,6 TZS:2,8 FH:10,4
SZH:47,6 CK:22 SÓ:0,93

Gyümölcsstea
Reszelt sajt (7)
Margarin
Zsemle (1)
Paradicsom

Allergének:
1,7

EN:272
ZS:7,9 TZS:4,4 FH:9,7
SZH:38,4 CK:8,1 SÓ:1,05

Gyümölcsstea
Magyaros vajkrém (7)
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Paradicsom

Allergének:
1,7

EN:211
ZS:4,6 TZS:2,8 FH:5,1
SZH:35,9 CK:8,6 SÓ:0,78

Tejeskávé (7)
Teavaj (7)
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

EN:364
ZS:13,2 TZS:8 FH:10,2
SZH:47 CK:20,5 SÓ:0,81

Gyümölcsstea
Barackos túrókrém (7)
Zsemle (1)

Allergének:
1,7

EN:222
ZS:1,9 TZS:0,9 FH:7,5
SZH:41,8 CK:12,7 SÓ:0,65

EBÉD

Tarhonyaleves (1,12)
Ananászos csirkeragu (1,7)
Párolt rizs
Körte
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,12

EN:601
ZS:12,8 TZS:2 FH:19,7
SZH:95,5 CK:13,6 SÓ:1,27

Gyümölcsleves (1,7,12)
Paprikás burgonya virslivel (12)
Cékla savanyúság (10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,10,12

EN:511
ZS:18,8 TZS:7,6 FH:14,2
SZH:67,1 CK:26,5 SÓ:3,08

Sárgaborsó krémleves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Túrós metélt (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7

EN:636
ZS:20,1 TZS:6,2 FH:24,5
SZH:86 CK:16,8 SÓ:0,62

Kukorica galuska leves (3,9)
Csirkepörkölt (1)
Tököfőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9

EN:362
ZS:13,4 TZS:2,6 FH:16,3
SZH:40 CK:11,9 SÓ:1,65

Paradicsomleves (1,3,9)
Panírozott halfilé (1,4,7,10)
Zöldséges bulgur (1)
Káposztasaláta
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,4,7,9,10

EN:719
ZS:22,5 TZS:2,4 FH:23,2
SZH:97,4 CK:26,7 SÓ:2,11

UZSONNA

Sajtkrém napraforgómaggal (7)
Teljes kiőrlésű kifli (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:169
ZS:3,4 TZS:1,1 FH:7,6
SZH:25,2 CK:1,6 SÓ:0,89

Sertéspárizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1

EN:211
ZS:8 TZS:2,9 FH:7,1
SZH:26,1 CK:0,4 SÓ:1,34

Ostyaszelet (1,3,6,7)
Alma

Allergének:
1,3,6,7

EN:197
ZS:8,4 TZS:2,1 FH:2,5
SZH:26,3 CK:16,4 SÓ:0,04

Gépsonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kígyóborka

Allergének:
1

EN:188
ZS:4,4 TZS:1,5 FH:8,6
SZH:27,1 CK:1 SÓ:1,6

Kockasajt (7)
Teljes kiőrlésű kifli (1)

Allergének:
1,7

EN:175
ZS:6,2 TZS:3,8 FH:6,4
SZH:21,9 CK:1,2 SÓ:1,2

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 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