

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Budapest

Óvodás

2021.03.01.–2021.03.07.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej
Gabonagolyó

Gyümölcs tea
Tojáskrém
Császárszemle

Karamellás tej
Fatörzs kifli

Tea
Vajkrém
Félbarna kenyér
Pritamin paprika

Gyümölcs tea
Csirkemell sonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1,3,6,7,10,12

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,7,12

Allergének:
1,12

Allergének:

Allergének:

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

EN: 235
ZS: 5,8 TZS: 2,7 FH: 6,1
SZH:38,3 CK: 10 SÓ: 0,7

EN: 307
ZS: 6,5 TZS: 3,5 FH:9,9
SZH:48,7 CK: 24,3 SÓ: 0,6

EN: 216
ZS: 5,8 TZS: 3,5 FH: 5
SZH:34,7 CK: 8,2 SÓ: 1,1

EN: 198
ZS: 3 TZS: 0,8 FH: 7,2
SZH: 32,9 CK: 7,5 SÓ: 1,1

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Magyaros burgonyaleves
Csirkepörkölt
Tökfőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Alma

Újhagymás lencseleves
Bazsalikomos paradicsommártás
Spagetti
Reszelt sajt

Húsleves
Rakott sárgarépa

Paprikás burgonya virslivel
Cékla
Félbarna kenyér
Almás pite

Brokkoli krémleves
Leves gyöngy
Grillfűszeres csirkemell
Snidlinges rizs
Vegyes saláta

Allergének:
1,3,7,12

Allergének:
1,3,7,9,10

Allergének:
1,3,7,9

Allergének:
1,3,6,7,10,12

Allergének:
1,3,7,10

Allergének:

Allergének:

EN:460
ZS: 15,1 TZS: 3 FH: 17,6
SZH:59,3 CK:14,9 SÓ: 1,6

EN: 474
ZS: 17,6 TZS: 4,8 FH: 18,5
SZH:59,4 CK: 10,5 SÓ: 0,9

EN: 515
ZS: 20,7 TZS: 6,1 FH:17,5
SZH:59,7 CK: 2,9 SÓ: 2,1

EN: 547
ZS: 19,2 TZS: 6,5 FH: 15
SZH:73,6 CK: 16,1 SÓ: 2,9

EN: 519
ZS: 17,1 TZS: 4,3 FH: 26,4
SZH: 64,1 CK: 7,3 SÓ: 0,9

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Sajtkrém
Félbarna kenyér
Zöldpaprika

Gépsonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Füstölt baromfi párizsi
Margarin
Zsemle
Kígyóuborka

Trappista sajtzelet
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégsaláta

Mese fit Detki keksz
Mandarin

Allergének:
1,7

Allergének:
1,6

Allergének:
1

Allergének:
1,7

Allergének:
1,5,6,7,8

Allergének:

Allergének:

EN:182
ZS: 4 TZS: 2,2 FH: 7,4
SZH:27,9 CK:1,3 SÓ: 1,1

EN: 170
ZS: 3,8 TZS: 1,1 FH: 7
SZH:26,7 CK: 0,5 SÓ: 1,3

EN: 211
ZS: 6,1 TZS: 1,9 FH:6,8
SZH:30,4 CK: 0,7 SÓ: 1,1

EN: 247
ZS: 10,4 TZS: 5,9 FH: 10,8
SZH:25,9 CK: 0,4 SÓ: 1,8

EN: 224
ZS: 7,1 TZS: 3,3 FH: 3,6
SZH: 34,7 CK: 18,7 SÓ: 0,2

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

Budapest

Óvodás

2021.03.08.–2021.03.14.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Vaníliás tej Fahéjas csiga	Gyümölcsstea Körözött Félbarna kenyér Jégcsapretek	Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Zsemle Paradicsom	Tej Szilva extra dzsem Margarin Félbarna kenyér	Gyümölcsstea Sajtkrém Félbarna kenyér Retek		
<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,12	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:355 ZS: 11,5 TZS: 6,3 FH: 8,1 SZH:51 CK:30,7 SÓ: 0,5	EN: 204 ZS: 2,7 TZS: 1,5 FH: 8,2 SZH:35,2 CK: 7,6 SÓ: 0,9	EN: 232 ZS: 4,4 TZS: 1,2 FH:6,8 SZH:37,8 CK: 7,9 SÓ: 0,8	EN: 300 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 9,5 SZH:48,6 CK: 22,5 SÓ: 1,1	EN: 210 ZS: 3,9 TZS: 2,2 FH: 7,4 SZH: 34,9 CK: 8,4 SÓ: 1,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Tojásleves Mexikói sertésragu Párolt rizs Alma	Csontleves Szezámagos csirke fasírt Majorannás burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Tárkonyos csirke raguleves Túrós derelye Édes tejföl Alma	Zellerleves Sertés pörkölt Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Körteleves Panírozott hal rudacska Zöldséges bulgur Tartármártás		
<u>Allergének:</u> 1,3	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,11,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,9	<u>Allergének:</u> 1,3,4,7,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:552 ZS: 25,8 TZS: 6,4 FH: 16,7 SZH:62 CK:10,2 SÓ: 1,1	EN: 355 ZS: 9,8 TZS: 2 FH: 7,9 SZH:53,4 CK: 1,8 SÓ: 2	EN: 588 ZS: 11,4 TZS: 3,5 FH:23 SZH:94,2 CK: 19,6 SÓ: 1,8	EN: 560 ZS: 20,5 TZS: 5 FH: 25,2 SZH:61,1 CK: 0,5 SÓ: 2,7	EN: 655 ZS: 23,5 TZS: 4,6 FH: 18,5 SZH: 82,5 CK: 26,5 SÓ: 1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka	Eidami sajt Margarin Kifli	Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Sertés párizsi Margarin Zsemle Zöldpaprika	Gyümölcs joghurt Teljes kiőrlésű kifli		
<u>Allergének:</u> 1,6,10	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:193 ZS: 6,3 TZS: 0,2 FH: 6,4 SZH:25,9 CK:0,4 SÓ: 1	EN: 245 ZS: 9,9 TZS: 5,6 FH: 12,1 SZH:26,6 CK: 1,1 SÓ: 1,1	EN: 198 ZS: 7,3 TZS: 2,7 FH:6,1 SZH:25,6 CK: 0,4 SÓ: 1,2	EN: 196 ZS: 4,6 TZS: 0,8 FH: 6,1 SZH:30,9 CK: 0,7 SÓ: 1,2	EN: 225 ZS: 4 TZS: 2,4 FH: 7 SZH: 38,2 CK: 15,3 SÓ: 0,7	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 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

HUNGAST
Kérlek még!

Budapest

Óvodás

2021.03.15.–2021.03.21.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

		Tej Briós	Gyümölcsstea Majonézes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Répahasáb	Tej Gabonapehely	Gyümölcsstea Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:	EN: 267	EN: 216	EN: 178	EN: 201	EN:	EN:	EN:
ZS:	ZS: 7	ZS: 4,3	ZS: 3,9	ZS: 3	ZS:	ZS:	ZS:
TZS:	TZS: 3,9	TZS: 1	TZS: 2	TZS: 0,8	TZS:	TZS:	TZS:
FH:	FH: 10,1	FH: 5,5	FH: 7	FH: 7,4	FH:	FH:	FH:
CK:	CK: 13,5	CK: 8,9	CK: 16,2	CK: 7,5	CK:	CK:	CK:
SÓ:	SÓ: 0,6	SÓ: 0,9	SÓ: 0,3	SÓ: 1,1	SÓ:	SÓ:	SÓ:
SZH:	SZH: 37,7	SZH: 36	SZH: 25,2	SZH: 33,3	SZH:	SZH:	SZH:

EBÉD

Ünnep	Alföldi tésztaleves Stroganoff szárnyas tokány Párolt rizs	Fejtett bableves Sajtos tejfőlés tészta Alma	Daragaluska leves Dinó szelet Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Paradicsomleves Rántott csirkemell Petrezselymes burgonya Házi csalamádé		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN	EN: 453	EN: 530	EN: 534	EN: 555	EN:	EN:
ZS:	ZS: 17,2	ZS: 20,7	ZS: 22,2	ZS: 10,6	ZS:	ZS:
TZS:	TZS: 3,8	TZS: 8,6	TZS: 3,6	TZS: 1,3	TZS:	TZS:
FH:	FH: 17,7	FH: 19,9	FH: 16,8	FH: 26,3	FH:	FH:
CK:	CK: 1,9	CK: 10,7	CK: 11	CK: 18	CK:	CK:
SÓ:	SÓ: 1,6	SÓ: 0,8	SÓ: 3	SÓ: 0,7	SÓ:	SÓ:
SZH:	SZH: 55,2	SZH: 61,6	SZH: 63,6	SZH: 84,9	SZH:	SZH:

UZSONNA

	Libazsír Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma	Zala felvágott Margarin Zsemle	Trappista sajt szelet Margarin Félbarna kenyér Retek	Kockasajt Kifli		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:	EN: 136	EN: 212	EN: 248	EN: 233	EN:	EN:
ZS:	ZS: 0,7	ZS: 5,5	ZS: 10,2	ZS: 9,2	ZS:	ZS:
TZS:	TZS: 0,2	TZS: 1,5	TZS: 5,7	TZS: 5,6	TZS:	TZS:
FH:	FH: 4,1	FH: 6,9	FH: 10,8	FH: 8,2	FH:	FH:
CK:	CK: 0,4	CK: 0,7	CK: 0,4	CK: 2,6	CK:	CK:
SÓ:	SÓ: 0,7	SÓ: 1,2	SÓ: 2	SÓ: 1,4	SÓ:	SÓ:
SZH:	SZH: 26,8	SZH: 30,5	SZH: 27	SZH: 28,4	SZH:	SZH:

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 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.



ÉTLAP

Budapest

Óvodás

2021.03.22.–2021.03.28.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Mogyorós krém Félbarna kenyér	Gyümölcsstea Magyaros vajkrém Szezámmagos zsemle Póréhagyma	Gyümölcsstea Tonhalkrém Félbarna kenyér Paradicsom	Tejeskávé Fonott kalács	Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér		
<u>Allergének:</u> 1,6,7,8	<u>Allergének:</u> 1,7,11,12	<u>Allergének:</u> 1,4,6,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,3,12	<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: 243 ZS: 8,2 TZS: 4,1 FH: 5,7 SZH:36 CK: 8,4 SÓ: 0,9	EN: 223 ZS: 5,8 TZS: 2,6 FH:7 SZH:34,6 CK: 7,5 SÓ: 0,9	EN: 309 ZS: 6,3 TZS: 3,4 FH: 9,6 SZH:49,5 CK: 23,5 SÓ: 0,6	EN: 208 ZS: 4,6 TZS: 1,4 FH: 6 SZH: 32,8 CK: 7,6 SÓ: 0,8	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Karalábéleves Csikós szárnyas tokány Párolt rizs	Köménymag leves Kenyérkocka Főtt tojás Zöldborsófőzelék Müzli szelet Teljes kiőrlésű kenyér	Frankfurti leves Dejós morzsás nudli Teljes kiőrlésű kenyér Alma	Gyümölcsleves Hagymás csirkemáj Tört burgonya Csemege uborka	Zöldség krémleves Leves gyöngy Natúr csirkemell Sajtmártás Karottás rizs		
<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,12	<u>Allergének:</u> 1,6,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,7,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:445 ZS: 18,5 TZS: 4 FH: 17,1 SZH:50,9 CK:0,9 SÓ: 1,4	EN: 540 ZS: 16,8 TZS: 3,7 FH: 19,6 SZH:71,3 CK: 14,6 SÓ: 1,9	EN: 782 ZS: 20 TZS: 4,1 FH:21 SZH:107 CK: 25,9 SÓ: 2,7	EN: 452 ZS: 14,7 TZS: 3,1 FH: 17,2 SZH:59,1 CK: 19,2 SÓ: 3,1	EN: 504 ZS: 18,9 TZS: 6 FH: 27,8 SZH: 54,3 CK: 2,3 SÓ: 1,2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájas Teljes kiőrlésű kifli Zöldpaprika	Paprikás szalámi Margarin Félbarna kenyér	Reszelt sajt Margarin Zsemle	Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek	Túró desszert Alma		
<u>Allergének:</u> 1,6,10	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 6,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:176 ZS: 6,4 TZS: 0,2 FH: 6,5 SZH:21,4 CK:0,3 SÓ: 0,9	EN: 200 ZS: 7,3 TZS: 2,5 FH: 6 SZH:26,6 CK: 0,4 SÓ: 1,3	EN: 265 ZS: 10,2 TZS: 5,7 FH:11,3 SZH:29,8 CK: 0,7 SÓ: 1,3	EN: 170 ZS: 3,8 TZS: 1,1 FH: 7 SZH:26,7 CK: 0,5 SÓ: 1,3	EN: 113 ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH: 1,8 SZH: 16 CK: 14,9 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. 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 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

Budapest

Óvodás

2021.03.29.–2021.04.04.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Briós	Tej Méz Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcs tea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaós tej Kifli			
<u>Allergének:</u> 1,3,6,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,10,12	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<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: 307 ZS: 5,6 SZH:51,2 TZS: 2,6 CK: 26 FH: 9,6 SÓ: 1	EN: 209 ZS: 5,6 SZH:34,2 TZS: 0,7 CK: 8,1 FH:3,9 SÓ: 0,9	EN: 289 ZS: 4,1 SZH:48,3 TZS: 2,2 CK: 22,3 FH:10,5 SÓ: 0,8	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

EBÉD

Kukorica daragaluska leves Tarhonyás sertés hús Cékla édesítőszerrel	Tejfőlés karfiolleves Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya fél adag Félbarna kenyér	Marha gulyásleves Piskóta kocka Csokoládés öntet Alma Húsvéti desszert	Zöldséges burgonyaleves Sült virsli Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Ünnep		
<u>Allergének:</u> 1,3,9,10	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:429 ZS: 18,7 SZH:47,2 TZS: 4,4 CK:5,1 FH:18,7 SÓ: 2,2	EN: 520 ZS: 17,9 SZH:67,7 TZS: 5 CK: 13 FH:17,7 SÓ: 0,9	EN: 506 ZS: 17,3 SZH:64,2 TZS: 7,5 CK: 35,9 FH:20,1 SÓ: 0,4	EN: 579 ZS: 21,3 SZH:67,5 TZS: 5,6 CK: 6,1 FH: 24,6 SÓ: 2,8	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

UZSONNA

Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka	Csirkemell sonka Margarin Szezámagos zsemle Jégcsapretek	Trappista sajszelet Margarin Zsemle Zöldpaprika	Füstölt baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér Sörretek			
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,11	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:181 ZS: 4,2 SZH:26,7 TZS: 2,3 CK:1,3 FH: 7,4 SÓ: 0,9	EN: 191 ZS: 4,5 SZH:27,7 TZS: 1,1 CK: 0,6 FH: 8,1 SÓ: 0,9	EN: 269 ZS: 10,3 SZH:30,4 TZS: 5,7 CK: 0,7 FH:11,5 SÓ: 1,8	EN: 192 ZS: 6 SZH:27,2 TZS: 1,9 CK: 0,4 FH: 6,1 SÓ: 1,3	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek 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.