

Székesfehérvár

Normál A menü Alsós

2021. 05. 03.–2021. 05. 09.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Mogyorós krém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,8</p> <p>EN:359 ZS: 9,4 TZS: 5,1 FH: 10,8 SZH:52,9 CK:21,2 SÓ: 1,3</p>	<p>Tea Zöldfűszeres vajkrém Szezámagos zsemle Póréhagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,11,12</p> <p>EN: 277 ZS: 11,2 TZS: 5,9 FH: 6,3 SZH:37 CK: 8,7 SÓ: 1</p>	<p>Gyümölcsstea Körözött Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 242 ZS: 3,5 TZS: 2 FH:10,1 SZH:40,4 CK: 7,7 SÓ: 1,1</p>	<p>Tejeskávé Fonott kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 342 ZS: 7 TZS: 3,7 FH: 10,3 SZH:55,3 CK: 24,3 SÓ: 0,7</p>	<p>Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 247 ZS: 5,3 TZS: 1,5 FH: 7,6 SZH: 38,9 CK: 7,7 SÓ: 1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
---	--	--	---	---	---	---

EBÉD

<p>Magyaros zöldborsóleves Csirke fasírt Majorannás burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:694 ZS: 18,9 TZS: 3,8 FH: 28,9 SZH:94,1 CK:3,4 SÓ: 3,2</p>	<p>Tejfőlés karfiolleves Borsos sertés tokány Bulgur</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 699 ZS: 31,3 TZS: 8,4 FH: 22,8 SZH:67,5 CK: 1,4 SÓ: 1,9</p>	<p>Csirke raguleves Káposztás kocka Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9</p> <p>EN: 569 ZS: 15,1 TZS: 2,1 FH:24,7 SZH:82,8 CK: 19,5 SÓ: 0,8</p>	<p>Csontleves Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 539 ZS: 23 TZS: 6,1 FH: 23,3 SZH:57,3 CK: 12,4 SÓ: 2</p>	<p>Zöldség krémleves Leves gyöngy Szezámagos rántott halfilé Zöldséges rizs Tartármártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9,10,11,12</p> <p>EN: 772 ZS: 29 TZS: 7,6 FH: 28,5 SZH: 95,6 CK: 6,9 SÓ: 2,2</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
--	---	---	---	---	---	---

UZSONNA

<p>Kenőmájás Kifli Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,10</p> <p>EN:233 ZS: 9,5 TZS: 0,3 FH: 8,4 SZH:27,6 CK:1,1 SÓ: 1</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 258 ZS: 10,1 TZS: 3,6 FH: 8,3 SZH:31,6 CK: 0,5 SÓ: 1,6</p>	<p>Trappista sajt Margarin Zsemle Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 268 ZS: 10,3 TZS: 5,7 FH:11,6 SZH:30,4 CK: 0,7 SÓ: 1,3</p>	<p>Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 207 ZS: 4,5 TZS: 1,2 FH: 9,4 SZH:32,3 CK: 0,6 SÓ: 1,7</p>	<p>Sajtos rúd</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 179 ZS: 9,6 TZS: 4,9 FH: 3,9 SZH: 18,9 CK: 0,1 SÓ: 1,4</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</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 étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kizsoltgálást 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

HUNGAST

Kérlek még!

Székesfehérvár

Normál A menü Alsós

2021. 05. 10.–2021. 05. 16.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tea Lekváros táska	Tej Méz Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcs tea Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaós tej Teavaj Kifli	Gyümölcs tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,12	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:215 ZS: 7,7 SZH:32,8 TZS: 3,9 CK:17,5 FH: 3,1 SÓ: 0,3	EN: 333 ZS: 5,7 SZH:56,3 TZS: 2,6 CK: 26,1 FH: 10,4 SÓ: 1,2	EN: 272 ZS: 9,7 SZH:38,7 TZS: 5,6 CK: 8,5 FH:5,7 SÓ: 1,3	EN: 345 ZS: 10,3 SZH:48,5 TZS: 6,2 CK: 22,4 FH: 10,6 SÓ: 0,8	EN: 256 ZS: 5,1 SZH: 41,6 TZS: 2,2 CK: 9,9 FH: 7,4 SÓ: 1	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:

EBÉD

Alföldi térsztaleves Ananászos csirkeragu Párolt rizs	Zöldség krémleves Pirított zsemlekocka Bolognai spagetti Reszelt sajt Alma	Legényfogó leves Szilvatöltelikes gombóc Fahéjas szórát	Vajas galuska leves Sertés pörkölt Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Müzli szelet	Gyümölcsleves Rántott csirkemell Petrezselymes rizs Káposztasaláta		
<u>Allergének:</u> 1,6,9,12	<u>Allergének:</u> 1,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:528 ZS: 18,4 SZH:69,8 TZS: 3,6 CK:9,9 FH: 20,1 SÓ: 1,6	EN: 672 ZS: 30,4 SZH:71,4 TZS: 10 CK: 19,4 FH: 27,1 SÓ: 3,8	EN: 897 ZS: 24,3 SZH:148,8 TZS: 4,4 CK: 34,5 FH:26,2 SÓ: 1,7	EN: 861 ZS: 31,1 SZH:100,7 TZS: 9,3 CK: 8,1 FH: 34,1 SÓ: 3,7	EN: 775 ZS: 15,7 SZH: 124,1 TZS: 3,3 CK: 26,1 FH: 33,3 SÓ: 1,4	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:

UZSONNA

Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka	Olasz felvágott Margarin Szezámagos zsemle Jégcsapretek	Trappista sajt Margarin Zsemle Zöldpaprika	Füstölt baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek	Kockasajt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6,11	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:207 ZS: 4,3 SZH:32 TZS: 2,4 CK:1,3 FH: 8,3 SÓ: 1,1	EN: 241 ZS: 8,9 SZH:28,5 TZS: 2,4 CK: 0,8 FH: 8,6 SÓ: 1,3	EN: 271 ZS: 10,3 SZH:30,7 TZS: 5,7 CK: 0,7 FH:11,6 SÓ: 1,8	EN: 240 ZS: 7,9 SZH:32,9 TZS: 2,6 CK: 0,5 FH: 8 SÓ: 1,8	EN: 233 ZS: 9,2 SZH: 28,4 TZS: 5,6 CK: 2,6 FH: 8,2 SÓ: 1,4	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. Szezám; 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 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.



Székesfehérvár

Normál A menü Alsós

2021. 05. 17.–2021. 05. 23.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tejeskávé Fatörzs kifli	Gyümölcsstea Zöldfűszeres vajkrém Félbarna kenyér Zöldpaprika	Gyümölcsstea Körözött Félbarna kenyér Kaliforniai paprika	Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér	Tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek		
<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:310 ZS: 6,5 TZS: 3,5 FH: 10 SZH:49 CK:23,4 SÓ: 0,6	EN: 278 ZS: 9,5 TZS: 5,4 FH: 5,9 SZH:40,7 CK: 8,5 SÓ: 1,5	EN: 259 ZS: 5,2 TZS: 3,1 FH:9,4 SZH:41,7 CK: 8,5 SÓ: 1,4	EN: 325 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,3 SZH:53,6 CK: 22,3 SÓ: 1,3	EN: 246 ZS: 5,2 TZS: 1,5 FH: 7,6 SZH: 38,7 CK: 7,7 SÓ: 1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Tavaszi leves Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér	Daragaluska leves Szárnyas vagdalt Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Sertés gulyásleves Mákos metélt Alma	Gombaleves Hentes sertés tokány Főtt burgonya	Paradicsomleves Panírozott halrudacska Kukoricás rizs Tartármártás		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:550 ZS: 29 TZS: 8,7 FH: 21,8 SZH:46 CK:3,9 SÓ: 5,2	EN: 779 ZS: 23,3 TZS: 3,5 FH: 35,4 SZH:102,1 CK: 10,1 SÓ: 4,1	EN: 684 ZS: 21 TZS: 4,7 FH:23,1 SZH:99,3 CK: 38,6 SÓ: 1,2	EN: 543 ZS: 23,8 TZS: 7,4 FH: 22,2 SZH:54,7 CK: 2,8 SÓ: 2,5	EN: 805 ZS: 32,8 TZS: 5,4 FH: 24,3 SZH: 99,4 CK: 22,4 SÓ: 3,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájás Teljes kiőrlésű kifli Kaliforniai paprika	Csirkemell sonka Margarin Császárszemele Jégcsapretek	Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Sajtkrém Teljes kiőrlésű zsemle Réphasáb	Gyümölcs joghurt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1,6,10	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:209 ZS: 9,2 TZS: 0,2 FH: 7,8 SZH:21,7 CK:0,3 SÓ: 1,1	EN: 220 ZS: 5,5 TZS: 2 FH: 9,9 SZH:30,7 CK: 1,6 SÓ: 1,2	EN: 253 ZS: 9,8 TZS: 3,7 FH:8,2 SZH:31,2 CK: 0,5 SÓ: 1,5	EN: 193 ZS: 4,1 TZS: 2,3 FH: 7,7 SZH:29,8 CK: 1,3 SÓ: 1	EN: 250 ZS: 4,3 TZS: 2,5 FH: 7,5 SZH: 44 CK: 16,1 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. 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 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

HUNGAST

Kérlek még!

Székesfehérvár

Normál A menü Alsós

2021. 05. 24.–2021. 05. 30.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

	Karamellás tej Foszlós kalács			Gyümölcsstea Szezámmagos sajtkrém Félbarna kenyér			Őszibarackos házi joghurt Kifli			Gyümölcsstea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom								
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1,3,7			<u>Allergének:</u> 1,7,11,12			<u>Allergének:</u> 1,7			<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>		
EN:	EN: 348			EN: 238			EN: 247			EN: 256			EN:			EN:		
ZS:	9,2	TZS: 4,5	FH: 11,1	4,2	2,1	FH: 8	3,9	2,1	FH: 7,4	5,1	2,2	FH: 7,4	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:
SZH:	52,3	CK: 27,6	SÓ: 0,8	40,3	CK: 8,4	SÓ: 1,2	44,7	CK: 18	SÓ: 0,5	41,6	CK: 9,9	SÓ: 1	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:

EBÉD

	Reszelt tésztaleves Budapest sertésragu Párolt rizs			Lencseleves Túrós tészta Alma Teljes kiőrlésű kenyér			Tavaszi leves Paprikás burgonya virslivel Cékla savanyúság Félbarna kenyér			Brokkoli krémleves Leves gyöngy Csirkemell sajtmártásban Sárgarépás rizs								
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1,9			<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10			<u>Allergének:</u> 1,3,6,9,10,12			<u>Allergének:</u> 1,3,7,12			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>		
EN:	EN: 602			EN: 796			EN: 546			EN: 606			EN:			EN:		
ZS:	27	TZS: 6,4	FH: 20,6	21,4	8,4	FH: 33,6	18,5	4,5	FH: 19,2	21,8	6,3	FH: 35,9	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:
SZH:	67,8	CK: 1,7	SÓ: 1,9	109	CK: 15,8	SÓ: 2	72,1	CK: 4,1	SÓ: 3,5	64,6	CK: 4,5	SÓ: 1,8	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:

UZSONNA

	Trappista sajszelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek			Sertés párizsi Margarin Zsemle Kígyóborka			Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Saláta levél			Pizzás csiga								
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1,7			<u>Allergének:</u> 1,6			<u>Allergének:</u> 1,6			<u>Allergének:</u> 1,7,12			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>		
EN:	EN: 275			EN: 209			EN: 205			EN: 157			EN:			EN:		
ZS:	10,6	TZS: 5,9	FH: 11,8	5,6	0,9	FH: 6,9	4,5	1,2	FH: 9,2	7,2	3,8	FH: 3,5	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:
SZH:	31,4	CK: 0,5	SÓ: 2	31	CK: 0,7	SÓ: 1,4	32	CK: 0,6	SÓ: 1,6	19,3	CK: 1,9	SÓ: 0,7	SZH:	CK:	SÓ:	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 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

Székesfehérvár

Normál A menü Alsós

2021. 05. 31.–2021. 06. 06.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

	Kakaós tej Kuglóf	Gyümölcsstea Citrusos túrókrém Zsemle	Gyümölcsstea Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér	Gyümölcsstea Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom		
	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,6,12	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:357	EN:246	EN:237	EN:325	EN:239	EN:	EN:	EN:
ZS:7,8	ZS:3,3	ZS:4,6	ZS:5,4	ZS:4,3	ZS:	ZS:	ZS:
TZS:4,4	TZS:1,9	TZS:1,2	TZS:2,4	TZS:2,4	TZS:	TZS:	TZS:
FH:10,8	FH:9,6	FH:9,4	FH:10,3	FH:8,3	FH:	FH:	FH:
SZH:57,2	SZH:42,2	SZH:39,7	SZH:53,6	SZH:39,8	SZH:	SZH:	SZH:
CK:30,2	CK:11,6	CK:7,7	CK:22,3	CK:8,5	CK:	CK:	CK:
SÓ:0,6	SÓ:0,7	SÓ:1,6	SÓ:1,3	SÓ:1,1	SÓ:	SÓ:	SÓ:

EBÉD

	Tejfölös zöldbaleves Tarhonyás sertés húshús Csalamádé	Kukorica daragaluska leves Csirke fasírt Kelkáposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Sertés raguleves Mákos guba Alma	Tojásleves Zöldborsós csirke ragu Párolt rizs	Almaleves Tökmagos rántott halfilé Burgonyapüré Vegyes saláta		
	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3	<u>Allergének:</u> 1,3,4,7,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:613	EN:587	EN:741	EN:558	EN:674	EN:	EN:	EN:
ZS:26,1	ZS:17,2	ZS:26,9	ZS:21,4	ZS:18,3	ZS:	ZS:	ZS:
TZS:7	TZS:2,5	TZS:6,5	TZS:3,1	TZS:5,1	TZS:	TZS:	TZS:
FH:24,3	FH:28,9	FH:26,8	FH:24,3	FH:25,5	FH:	FH:	FH:
SZH:67,4	SZH:75,6	SZH:93,2	SZH:65,8	SZH:97,5	SZH:	SZH:	SZH:
CK:10,8	CK:0,8	CK:40,2	CK:0,8	CK:25,2	CK:	CK:	CK:
SÓ:1,2	SÓ:3,9	SÓ:1,6	SÓ:1,2	SÓ:1,4	SÓ:	SÓ:	SÓ:

UZSONNA

	Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka	Csemege szalámi Margarin Zsemle Kaliforniai paprika	Edami sajt Margarin Kifli	Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika	Gyümölcs joghurt Kifli		
	<u>Allergének:</u> 1,6,10	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:250	EN:249	EN:245	EN:220	EN:250	EN:	EN:	EN:
ZS:9,3	ZS:9,5	ZS:9,9	ZS:7,2	ZS:4,3	ZS:	ZS:	ZS:
TZS:0,2	TZS:3,5	TZS:5,6	TZS:2,5	TZS:2,5	TZS:	TZS:	TZS:
FH:8,5	FH:8,1	FH:12,1	FH:8	FH:7,5	FH:	FH:	FH:
SZH:31,3	SZH:30,7	SZH:26,6	SZH:28,2	SZH:44	SZH:	SZH:	SZH:
CK:0,5	CK:0,7	CK:1,1	CK:0,4	CK:16,1	CK:	CK:	CK:
SÓ:1,4	SÓ:1,3	SÓ:1,1	SÓ:1,3	SÓ:0,7	SÓ:	SÓ:	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 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.