

ÉTLAP

BUDAPEST

Cukorbeteg

2019.október 1-október 6.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

	Tea Diab (édesítőszerrel) Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Tea Diab (édesítőszerrel) Vegyes zöldségkrém Teljes kiőrlésű kenyér	Tea Diab (édesítőszerrel) Paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér	Tea Diab (édesítőszerrel) Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1,5,8	<u>Allergének:</u> 1,5,8	<u>Allergének:</u> 1,5,8	<u>Allergének:</u> 1,3,5,8	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:	EN: 266	EN: 457	EN: 328	EN: 305	EN:	EN:
ZS:	ZS: 9	ZS: 14,8	ZS: 16	ZS: 11,2	TZS:	TZS:
TZS:	TZS: 4,1	TZS: 5,1	TZS: 2,8	TZS: 1,6	FH:	FH:
FH:	FH: 6,4	FH: 15,1	FH: 13,5	FH: 10,2	ZS:	ZS:
CK:	CK: 12,5	CK: 30,2	CK: 23	CK: 11,8	SZH:	SZH:
SÓ:	SÓ: 1,3	SÓ: 1,5	SÓ: 1,3	SÓ: 1,5	EN:	EN:
SZH:	SZH: 38,7	SZH: 64,1	SZH: 57,7	SZH: 43	TZS:	TZS:
					FH:	FH:
					SÓ:	SÓ:
					EN:	EN:
					TZS:	TZS:
					CK:	CK:
					SZH:	SZH:

EBÉD

	Almaleves Diab (édesítőszerrel) Barbecue csirkeragu Diab (édesítőszerrel) Párolt rizs Káposztasaláta Diab (édesítőszerrel)	Kertészleves Paprikásburgonya virslivel Teljes kiőrlésű kenyér Csemegeuborka Diab (édesítőszerrel)	Bakonyi betyárleves Mákos metélt Diab (édesítőszerrel) Teljes kiőrlésű kenyér	Paradicsomleves Diab (édesítőszerrel) Grillfűszeres csirkemell Petrezselymes burgonya Tavaszi saláta Diab (édesítőszerrel)		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,5,8,10,11	<u>Allergének:</u> 1,3,5,7,8,11	<u>Allergének:</u> 1,3,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:	EN: 782	EN: 701	EN: 821	EN: 766	EN:	EN:
ZS:	ZS: 25,2	ZS: 29,1	ZS: 22,4	ZS: 24,7	TZS:	TZS:
TZS:	TZS: 1,7	TZS: 3,6	TZS: 1,2	TZS: 0,8	FH:	FH:
FH:	FH: 22,9	FH: 19	FH: 29,8	FH: 22,4	ZS:	ZS:
CK:	CK: 39,1	CK: 2,7	CK: 4,3	CK: 15,5	SZH:	SZH:
SÓ:	SÓ: 3,4	SÓ: 3,5	SÓ: 3,4	SÓ: 1,5	EN:	EN:
SZH:	SZH: 110,6	SZH: 76	SZH: 95,3	SZH: 108	TZS:	TZS:
					FH:	FH:
					SÓ:	SÓ:
					EN:	EN:
					TZS:	TZS:
					CK:	CK:
					SZH:	SZH:

UZSONNA

	Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek	Sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Sertés párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek	Kocka sajt Teljes kiőrlésű kenyér		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1,5,7,8,11	<u>Allergének:</u> 1,3,5,7,8	<u>Allergének:</u> 1,5,8	<u>Allergének:</u> 1,5,7,8	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:	EN: 252	EN: 265	EN: 229	EN: 229	EN:	EN:
ZS:	ZS: 7,6	ZS: 11,7	ZS: 8,5	ZS: 16,6	TZS:	TZS:
TZS:	TZS: 4,9	TZS: 8,2	TZS: 5,1	TZS: 3,8	FH:	FH:
FH:	FH: 10,3	FH: 13,6	FH: 8,8	FH: 7	ZS:	ZS:
CK:	CK: 0	CK: 0,5	CK: 0,5	CK: 2,7	SZH:	SZH:
SÓ:	SÓ: 1,7	SÓ: 1,6	SÓ: 1,5	SÓ: 1,2	EN:	EN:
SZH:	SZH: 34	SZH: 27,7	SZH: 28,2	SZH: 38	TZS:	TZS:
					FH:	FH:
					SÓ:	SÓ:
					EN:	EN:
					TZS:	TZS:
					CK:	CK:
					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. Szézámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétet 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.

BUDAPEST
Cukorbeteg
2019.október 7-október 13.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tea Diab (édesítőszerrel) Mátrai diákcsemege Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,5,8 EN: 281 ZS: 5,6 TZS: 2,7 FH: 11,3 SZH: 44,7 CK: 26,5 SÓ: 0,5	Tea Diab (édesítőszerrel) Zöldfűszeres tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,3,5,8 EN: 414 ZS: 11 TZS: 1,3 FH: 12,6 SZH: 64,1 CK: 10 SÓ: 1,4	Tea Diab (édesítőszerrel) Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,5,8 EN: 330 ZS: 12,2 TZS: 6,2 FH: 9,8 SZH: 43,2 CK: 10,1 SÓ: 2,2	Tea Diab (édesítőszerrel) Lilahagymás kukoricakrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,5,8 EN: 340 ZS: 7,9 TZS: 4,3 FH: 14,4 SZH: 57,1 CK: 40,8 SÓ: 0,9	Tea Diab (édesítőszerrel) Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa karika <u>Allergének:</u> 1,5,7,8 EN: 283 ZS: 9,1 TZS: 3,2 FH: 8,3 SZH: 40 CK: 12,5 SÓ: 1,4	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH: 43,2
EBÉD	Daragaluska leves Vadas sertés ragu Diab (édesítőszerrel) Főtt tészta <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 850 ZS: 27,4 TZS: 7,1 FH: 24,9 SZH: 120,2 CK: 10 SÓ: 1,4	Magyaros zellerleves Csirkepörkölt Zöldbabfőzelék Diab (édesítőszerrel) Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,5,7,8,9 EN: 739 ZS: 23,8 TZS: 1,6 FH: 21,6 SZH: 104,5 CK: 5 SÓ: 3,8	Hamisgulyás leves Túrós tészta <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 830 ZS: 23,9 TZS: 3,3 FH: 17,9 SZH: 126,7 CK: 56,5 SÓ: 2,8	Tojásleves Sertésvagdalt Sárgarépa főzelék Diab (édesítőszerrel) Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,5,7,8 EN: 700 ZS: 22,6 TZS: 7 FH: 20,5 SZH: 99 CK: 4,5 SÓ: 2,4	Brokkoli krémleves Pirított magvakkal Natúr halfilé Párolt rizs Kukoricasaláta Diab (édesítőszerrel) <u>Allergének:</u> 1,4,5,7,8,11 EN: 844 ZS: 25,4 TZS: 1,3 FH: 41,2 SZH: 107 CK: 2,7 SÓ: 1,8	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:
UZSONNA	Kockasajt Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika <u>Allergének:</u> 1,5,7,8 EN: 229 ZS: 8,1 TZS: 3,4 FH: 9,4 SZH: 31,5 CK: 1,5 SÓ: 1,4	Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek <u>Allergének:</u> 1,5,8 EN: 356 ZS: 7,8 TZS: 5,6 FH: 15,3 SZH: 59,1 CK: 0,4 SÓ: 1,4	Sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1,3,5,7,8 EN: 265 ZS: 11,7 TZS: 8,2 FH: 13,6 SZH: 27,7 CK: 0,5 SÓ: 1,6	Zala felvágott Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,5,8 EN: 260 ZS: 8,5 TZS: 4,8 FH: 10 SZH: 35 CK: 0,3 SÓ: 1,7	Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,5,8 EN: 173 ZS: 13 TZS: 3,4 FH: 7,5 SZH: 27,8 CK: 0 SÓ: 1,7	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztaszennyeződéssel 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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet kérjük, megértésedet köszönjük.

Tápanyagtartalom jelölés magyarazata: 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.

BUDAPEST
Cukorbeteg
2019.október 14-október20.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tea Diab (édesítőszerrel) Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,8,11 EN: 334 ZS: 13,9 TZS: 7,7 FH: 11,3 SZH: 40,2 CK: 21,1 SÓ: 0,9	Tea Diab (édesítőszerrel) Tonhalpástétom Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,4,5,6,8 EN: 301 ZS: 6,2 TZS: 3,5 FH: 5,4 SZH: 54,3 CK: 25,9 SÓ: 0,7	Tea Diab (édesítőszerrel) Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,5,7,8 EN: 441 ZS: 22,3 TZS: 6,7 FH: 14,2 SZH: 71 CK: 35,2 SÓ: 1,4	Tea Diab (édesítőszerrel) Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,5,8 EN: 232 ZS: 7,8 TZS: 4,7 FH: 6,8 SZH: 32,8 CK: 17,8 SÓ: 0,8	Tea Diab (édesítőszerrel) Tavaszi felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,5,8 EN: 282 ZS: 8,8 TZS: 2,7 FH: 8,9 SZH: 40,6 CK: 11,9 SÓ: 1,5	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:
EBÉD	Sertés gulyás Sajtos tejfölös tészta Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,5,7,8,12 EN: 844 ZS: 27,2 TZS: 3,9 FH: 24,7 SZH: 119,4 CK: 12,8 SÓ: 2,7	Zöldségleves Paradicsomszós Diab (édesítőszerrel) Sertésvagdalt Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,5,8,12 EN: 843 ZS: 27,2 TZS: 0,1 FH: 24,7 SZH: 119,3 CK: 37,5 SÓ: 2	Almaleves Diab (édesítőszerrel) Mexikói csirkemáj rizottó Csalamádé Diab (édesítőszerrel) <u>Allergének:</u> 1,7,10,12 EN: 702 ZS: 22,6 TZS: 0,3 FH: 20,5 SZH: 99,3 CK: 15 SÓ: 2	Reszelttészta leves Sertéspörkölt Tökfőzelék Diab (édesítőszerrel) Teljes kiőrlésű kenyér Kókuszgolyó Diab (édesítőszerrel) <u>Allergének:</u> 1,3,5,7,8 EN: 845 ZS: 27,3 TZS: 5,6 FH: 24,7 SZH: 119,5 CK: 14,9 SÓ: 4	Magyaros gombaleves Joghurtban pácolt csirkemell Snidlinges tört burgonya <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 748 ZS: 24,2 TZS: 1,3 FH: 21,9 SZH: 106 CK: 4 SÓ: 2,5	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:
UZSONNA	Kockasajt Teljes kiőrlésű zsemle Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,5,7,8 EN: 234 ZS: 7,2 TZS: 4,5 FH: 6,6 SZH: 35,1 CK: 2,8 SÓ: 0,8	Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,5,7,8 EN: 201 ZS: 3,7 TZS: 2,8 FH: 6,4 SZH: 34,4 CK: 0 SÓ: 1,2	Sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kávia paprika <u>Allergének:</u> 1,3,5,7,8 EN: 276 ZS: 12 TZS: 8,2 FH: 14,9 SZH: 31,3 CK: 1,5 SÓ: 1,6	Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka <u>Allergének:</u> 1,5,8 EN: 223 ZS: 4,3 TZS: 3 FH: 10,6 SZH: 34,4 CK: 0,3 SÓ: 1,8	Natúr joghurt Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,5,7,8 EN: 269 ZS: 14,2 TZS: 2 FH: 7,8 SZH: 50,6 CK: 15,6 SÓ: 1,1	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztaszennyeződéssel 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 érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet kérjük, megértésedet köszönjük.
 Tápanyagtartalom jelölés magyarazata: 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.

BUDAPEST
Cukorbeteg
2019.október 21-október27.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tea Diab (édesítőszerrel) Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,8</p> <p>EN: 409 ZS: 6,9 TZS: 4,9 FH: 14,6 SZH: 70,1 CK: 33,5 SÓ: 1,5</p>	<p>Tea Diab (édesítőszerrel) Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,8</p> <p>EN: 298 ZS: 12,3 TZS: 5,1 FH: 8,9 SZH: 36,8 CK: 10,5 SÓ: 2</p>	<p>Ünnep</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Tea Diab (édesítőszerrel) Petrezselymes kukoricakrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 8</p> <p>EN: 345 ZS: 8,2 TZS: 4,3 FH: 14,7 SZH: 57,6 CK: 40,8 SÓ: 0,8</p>	<p>Tea Diab (édesítőszerrel) Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,8</p> <p>EN: 371 ZS: 13 TZS: 2,6 FH: 14,3 SZH: 50,9 CK: 19,5 SÓ: 1,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:</p>
EBÉD	<p>Lebbencsleves Sült virsli Sárgarépa főzelék Diab (édesítőszerrel) Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5, 7,8,12</p> <p>EN: 815 ZS: 32,7 TZS: 4,9 FH: 32 SZH: 88,3 CK: 16,9 SÓ: 3,3</p>	<p>Tárkonyos zöldségleves Szárnyas roló Sült burgonya Vegyes saláta Diab (édesítőszerrel)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5 8, 12</p> <p>EN: 843 ZS: 27,2 TZS: 4,8 FH: 24,7 SZH: 119,3 CK: 3,5 SÓ: 3</p>	<p>Ünnep</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Zöldborsóleves Paradicsomos bazsalikomospagetti Diab (édesítőszerrel) Sajt szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 850 ZS: 27,4 TZS: 3,6 FH: 24,9 SZH: 120,2 CK: 15,1 SÓ: 3,6</p>	<p>Hagyma krémleves Leves gyöngy Natúr halfilé Karottás rizs Tavaszi saláta Diab (édesítőszerrel)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7</p> <p>EN: 798 ZS: 53,3 TZS: 7,6 FH: 10 SZH: 64 CK: 4,8 SÓ: 2,5</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:</p>
UZSONNA	<p>Kockasajt Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,7,8</p> <p>EN: 198 ZS: 5,9 TZS: 3,2 FH: 6,7 SZH: 29,3 CK: 2,5 SÓ: 1,4</p>	<p>Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5, 8</p> <p>EN: 219 ZS: 7,1 TZS: 3,2 FH: 7,5 SZH: 29,8 CK: 0 SÓ: 1,3</p>	<p>Ünnep</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p>Sertés párizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5, 8</p> <p>EN: 190 ZS: 3,5 TZS: 2,9 FH: 7,3 SZH: 35 CK: 1,7 SÓ: 0,8</p>	<p>Marokkói sárgarépakrém Teljes kiőrlésű kenyér e</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5 8</p> <p>EN: 245 ZS: 16 TZS: 3,3 FH: 7 SZH: 44 CK: 9,5 SÓ: 0,9</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:</p>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztaszennyeződéssel 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 kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet kérjük, megértésedet köszönjük.

Tápanyagtartalom jelölés magyarazata: 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.

BUDAPEST
Cukorbeteg
2019.október 29-október 31.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tea Diab (édesítőszerrel) Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,5,8 EN: 391 ZS: 6,9 TZS: 4,9 FH: 14,5 SZH: 65,1 CK: 27,8 SÓ: 1,5	Tea Diab (édesítőszerrel) Zöldfűszeres túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,5, 7,8 EN: 273 ZS: 6,5 TZS: 3,4 FH: 7 SZH: 44,9 CK: 11,8 SÓ: 1,1	Tea Diab (édesítőszerrel) Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,3, 5,8 EN: 273 ZS: 7,9 TZS: 3,7 FH: 10,6 SZH: 38,6 CK: 11,3 SÓ: 1,4	Tea Diab (édesítőszerrel) Főtt tojás Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,5,8 EN: 325 ZS: 15,5 TZS: 1,5 FH: 5,4 SZH: 40,2 CK: 11,7 SÓ: 1,8	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:
EBÉD	Tejfölös karfiollevés Pincepörkölt sertéshússal Teljes kiőrlésű kenyér Csalamádé Diab (édesítőszerrel) <u>Allergének:</u> 1,3, 5, 7,8,10,12 EN: 757 ZS: 24,4 TZS: 5,8 FH: 22,2 SZH: 107 CK: 2,7 SÓ: 3,4	Kukoricadara galuska leves Sertés vagdalt Tökfőzelék Diab (édesítőszerrel) Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,5,8,12 EN: 846 ZS: 27,3 TZS: 0,1 FH: 24,7 SZH: 120 CK: 2,8 SÓ: 3,5	Bableves Sertéspörkölt Párolt rizs Hentes tokány paradicsom mentes <u>Allergének:</u> 1,3, 10 EN: 775 ZS: 25 TZS: 4,5 FH: 22,7 SZH: 109,6 CK: 47,2 SÓ: 2,3	Köménymaglevés Levesgyöngy Bakonyi csirketokány Főtt tészta <u>Allergének:</u> 1,3, 5, 7 EN: 717 ZS: 21,7 TZS: 1,6 FH: 28,3 SZH: 100,8 CK: 17,1 SÓ: 2,8	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: 31,4 SZH: CK: SZH: 70,9	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: 6,5 SZH:
UZSONNA	Kockasajt Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,5, 7, 8 EN: 152 ZS: 1,8 TZS: 0,6 FH: 5,3 SZH: 28,2 CK: 0,7 SÓ: 0,8	Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 181 ZS: 5,8 TZS: 2,8 FH: 5,3 SZH: 25,6 CK: 0 SÓ: 0,7	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,5, 8 EN: 252 ZS: 8,4 TZS: 4,8 FH: 9,5 SZH: 33,8 CK: 0,3 SÓ: 1,7	Sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika <u>Allergének:</u> 1,3, 5, 7, 8 EN: 303 ZS: 22,9 TZS: 8,7 FH: 14,9 SZH: 39,7 CK: 2 SÓ: 1,7	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS: FH: ZS: CK: SÓ: SZH:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel 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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet kérjük, megértésedet köszönjük.

Tápanyagtartalom jelölés magyarazata: 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.