

ÉTLAP

BUDAPEST

Ovo-lakto vegetáriánus

2019.október 1-október 6.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

	Tea Lilahagymás margarinkrém Teljes kiőrlésű kenyér	Tej Mogyoróskrém Félbarna kenyér	Kakaós tej Zsemle	Tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1,5, 8	<u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8,11	<u>Allergének:</u> 1,5, 7, 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		

EBÉD

	Vegyes gyümölcsleves Barbecue gombaragu Párolt rizs Káposztasaláta	Kertészleves Zöldséges egytálétel Félbarna kenyér Csemegeuborka	Zöldség raguleves Mákos metélt Félbarna kenyér	Paradicsomleves Rántott brokkoli Petrezselymes burgonya Tavaszi saláta		
<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: 1,7
TZS:	TZS: 1,7	TZS: 3,6	TZS: 1,2	TZS: 0,8	FH:	FH: 24,7
FH:	FH: 22,9	FH: 19	FH: 29,8	FH: 22,4	ZS:	ZS: 29,1
CK:	CK: 39,1	CK: 2,7	CK: 4,3	CK: 15,5	SZH:	SZH: 76
SÓ:	SÓ: 3,4	SÓ: 3,5	SÓ: 3,4	SÓ: 1,5		

UZSONNA

	Magyaros vajkrém Félbarna kenyér Jégcsapretek	Sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek	Kocka sajt Zsemle		
<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		

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.

BUDAPEST

Ovo-lakto vegetáriánus

2019.október 7-október 13.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Gabonabogyó</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8,11</p> <p>EN: 281 ZS: 5,6 TZS: 2,7 FH: 11,3 SZH: 44,7 CK: 26,5 SÓ: 0,5</p>	<p>Tea Zöldfűszeres tojáskrém Félbarna kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3, 5, 8, 11</p> <p>EN: 414 ZS: 11 TZS: 1,3 FH: 12,6 SZH: 64,1 CK: 10 SÓ: 1,4</p>	<p>Tea Mexikói zöldségkrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 11</p> <p>EN: 330 ZS: 12,2 TZS: 6,2 FH: 9,8 SZH: 43,2 CK: 10,1 SÓ: 2,2</p>	<p>Tejeskávé Foszlós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8,9,10,11,12</p> <p>EN: 340 ZS: 7,9 TZS: 4,3 FH: 14,4 SZH: 57,1 CK: 40,8 SÓ: 0,9</p>	<p>Tea Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa karika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,7,8</p> <p>EN: 283 ZS: 9,1 TZS: 3,2 FH: 8,3 SZH: 40 CK: 12,5 SÓ: 1,4</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: 43,2</p>
EBÉD	<p>Daragaluska leves Vadas gombaragu Főtt tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 850 ZS: 27,4 TZS: 7,1 FH: 24,9 SZH: 120,2 CK: 10 SÓ: 1,4</p>	<p>Magyaros zellerleves Főtt tojás Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3, 5, 7, 8, 9</p> <p>EN: 739 ZS: 23,8 TZS: 1,6 FH: 21,6 SZH: 104,5 CK: 5 SÓ: 3,8</p>	<p>Hamisgulyás leves Túrós tészta Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3, 7, 12</p> <p>EN: 830 ZS: 23,9 TZS: 3,3 FH: 17,9 SZH: 126,7 CK: 56,5 SÓ: 2,8</p>	<p>Tojásleves Kapros kölesgolyó Kerti főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,7,8</p> <p>EN: 700 ZS: 22,6 TZS: 7 FH: 20,5 SZH: 99 CK: 4,5 SÓ: 2,4</p>	<p>Brokkoli krémleves Pirított magvakkal Rántott sajt Párolt rizs Zelleres kukoricamártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,5,7,8,9,11</p> <p>EN: 844 ZS: 25,4 TZS: 1,3 FH: 41,2 SZH: 107 CK: 2,7 SÓ: 1,8</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 Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,7,8</p> <p>EN: 229 ZS: 8,1 TZS: 3,4 FH: 9,4 SZH: 31,5 CK: 1,5 SÓ: 1,4</p>	<p>Marokkói sárgarépakrém Zsemle Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5, 8</p> <p>EN: 356 ZS: 7,8 TZS: 5,6 FH: 15,3 SZH: 59,1 CK: 0,4 SÓ: 1,4</p>	<p>Sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 7, 8</p> <p>EN: 265 ZS: 11,7 TZS: 8,2 FH: 13,6 SZH: 27,7 CK: 0,5 SÓ: 1,6</p>	<p>Lilahagymás kukoricakrém Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5, 8, 11</p> <p>EN: 260 ZS: 8,5 TZS: 4,8 FH: 10 SZH: 35 CK: 0,3 SÓ: 1,7</p>	<p>Pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8,9,10,11,12</p> <p>EN: 173 ZS: 13 TZS: 3,4 FH: 7,5 SZH: 27,8 CK: 0 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>

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. Szezám; 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 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

Ovo-lakto vegetáriánus

2019.október 14-október20.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tej Pizzás csiga <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 Citrusos túrókrém Zsemle <u>Allergének:</u> 1,5, 7, 8 EN: 301 ZS: 6,2 TZS: 3,5 FH: 5,4 SZH: 54,3 CK: 25,9 SÓ: 0,7	Karamellás tej Vajkrém Zsemle <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	Tej Főtt tojás Margarin Zsemle <u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 7, 8 EN: 232 ZS: 7,8 TZS: 4,7 FH: 6,8 SZH: 32,8 CK: 17,8 SÓ: 0,8	Tea Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,5,7, 8 EN: 282 ZS: 8,8 TZS: 2,7 FH: 8,9 SZH: 40,6 CK: 11,9 SÓ: 1,5	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EBÉD	Hamis gulyásleves Káposztás tészta Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,3, 5, 8, 11, 12 EN: 844 ZS: 27,2 TZS: 3,9 FH: 24,7 SZH: 119,4 CK: 12,8 SÓ: 2,7	Zöldségleves Paradicsommártás Kusz kuszgolyó Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér Alma <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	Fahéjas szilvaleves Mexikói zöldség rizottó Csalamádé <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 Petrezselymes kölesgolyó Fejtett babfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Édes-fűszeres körtés szelet <u>Allergének:</u> 1,3,5,7,8,10 EN: 845 ZS: 27,3 TZS: 5,6 FH: 24,7 SZH: 119,5 CK: 14,9 SÓ: 4	Magyaros gombaleves Rántott sajt Snidlinges burgonyapüré <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>	<u>Allergének:</u>
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 Félbarna kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,5, 7,8,11 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	Vegyes zöldségkrém Félbarna kenyér Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 11 EN: 223 ZS: 4,3 TZS: 3 FH: 10,6 SZH: 34,4 CK: 0,3 SÓ: 1,8	Gyümölcs joghurt Zsemle <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>	<u>Allergének:</u>

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. Szezám; 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 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

Ovo-lakto vegetáriánus

2019.október 21-október27.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Mini méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,7,8,11</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 Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3, 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>Kakaós tej Foszlós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8,9,10,11,12</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 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 Főtt tojás Zöldborsófőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5, 7,8,11,12</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 Pritaminos kusz kuszgolyó Majorannás burgonyafőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,7,8, 11,12</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 bazsalikomos spagetti Sajt szórat Szilva</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 Rántott gomba Karottás rizs Tartármártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,5,7,8,10</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>Sajtkrém Zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5, 7, 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>Petrezselymes kukoricakrém 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>Túró desszert Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8</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 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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 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.

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

BUDAPEST

Ovo-lakto vegetáriánus

2019.október 29-október 31.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Mini dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5, 7,8,11</p> <p>EN: 391 ZS: 6,9 TZS: 4,9 FH: 14,5 SZH: 65,1 CK: 27,8 SÓ: 1,5</p>	<p>Tea Zöldfűszeres túrókrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5, 7,8,11</p> <p>EN: 273 ZS: 6,5 TZS: 3,4 FH: 7 SZH: 44,9 CK: 11,8 SÓ: 1,1</p>	<p>Tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3, 5,8</p> <p>EN: 273 ZS: 7,9 TZS: 3,7 FH: 10,6 SZH: 38,6 CK: 11,3 SÓ: 1,4</p>	<p>Tea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,8</p> <p>EN: 325 ZS: 15,5 TZS: 1,5 FH: 5,4 SZH: 40,2 CK: 11,7 SÓ: 1,8</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:</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>Tejfölös karfiollevés Zöldséges egytálétel Félbarna kenyér Csalamádé</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3, 5, 7,8,10,11,12</p> <p>EN: 757 ZS: 24,4 TZS: 5,8 FH: 22,2 SZH: 107 CK: 2,7 SÓ: 3,4</p>	<p>Kukoricadara galuska leves Főtt tojás Kelkáposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,8,12</p> <p>EN: 846 ZS: 27,3 TZS: 0,1 FH: 24,7 SZH: 120 CK: 2,8 SÓ: 3,5</p>	<p>Bableves Tejbedara Kakaós szórát</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 775 ZS: 25 TZS: 4,5 FH: 22,7 SZH: 109,6 CK: 47,2 SÓ: 2,3</p>	<p>Köménymaglevés Kenyérkocka Bakonyi gombatokány Főtt tészta Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3, 5, 7,8,11</p> <p>EN: 717 ZS: 21,7 TZS: 1,6 FH: 28,3 SZH: 100,8 CK: 17,1 SÓ: 2,8</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: ZS: 31,4 SZH: CK: SZH: 70,9</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: 6,5 SZH:</p>
---	---	---	--	---	--	--

UZSONNA

<p>Kockasajt Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5, 7, 8</p> <p>EN: 152 ZS: 1,8 TZS: 0,6 FH: 5,3 SZH: 28,2 CK: 0,7 SÓ: 0,8</p>	<p>Magyaros vajkrém Zsemle Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8</p> <p>EN: 181 ZS: 5,8 TZS: 2,8 FH: 5,3 SZH: 25,6 CK: 0 SÓ: 0,7</p>	<p>Zöldségkrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5, 8,11</p> <p>EN: 252 ZS: 8,4 TZS: 4,8 FH: 9,5 SZH: 33,8 CK: 0,3 SÓ: 1,7</p>	<p>Sajt szelet Margarin Zsemle Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3, 5, 7, 8</p> <p>EN: 303 ZS: 22,9 TZS: 8,7 FH: 14,9 SZH: 39,7 CK: 2 SÓ: 1,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: ZS: SZH: CK: SZH:</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 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 étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet kérjük, megértésedet köszönjük.

Tápanyagtartalom jelölés magyarzata: 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.

