

BUDAPEST

Tej-szójamentes

2019.október 1-október 6.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

	Tea Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Tea Mini méz Margarin Félbarna kenyér	Tea Paprikakrém Zsemle	Tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1, 5, 8	<u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 11	<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:
					SZH:	SZH:

EBÉD

	Vegyes gyümölcsleves TM Barbecue csirkeragu Párolt rizs Káposztasaláta	Kertészleves Paprikásburgonya virslivel Félbarna kenyér Csemegeuborka	Bakonyi betyárleves TM Mákos metélt Félbarna kenyér	Paradicsomleves Grillfűszeres csirkemell Petrezselymes burgonya Tavaszi saláta		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 8, 10, 11	<u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 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:
					SZH:	SZH:

UZSONNA

	Lilahagymás margarinkrém Félbarna kenyér Jégcsapretek	Vegyes zöldségkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Sertés párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek	Körte Puffasztott rizs		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 11	<u>Allergének:</u> 1, 5, 8	<u>Allergének:</u> 1, 5, 8	<u>Allergének:</u> -	<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:
					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 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

# ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

BUDAPEST

Tej-szójamentes

2019.október 7-október 13.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tea Mini méz Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,8</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 Soproni felvágott Margarin 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>Tea Lilahagymás kukoricakrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5, 8</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 Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa karika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,8</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 sertés ragu TM Főtt tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</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 Lecsós csirke csikok Zöldbabfőzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3, 5, 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 Brugonyás tészta Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3, 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 Sertésvagdalt Kerti főzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,8</p> <p>EN: 700 ZS: 22,6    TZS: 7    FH: 20,5 SZH: 99    CK: 4,5    SÓ: 2,4</p>	<p>Brokkoli krémleves TM Pirított magvakkal Natúr halfilé Párolt rizs Kukoricasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,5,8,11</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>Tökmagos margarinkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,8, 11</p> <p>EN: 229 ZS: 8,1    TZS: 3,4    FH: 9,4 SZH: 31,5    CK: 1,5    SÓ: 1,4</p>	<p>Gépsonka Margarin 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>Mexikói zöldségkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 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>Zala felvágott 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>Banán Puffasztott rizs</p> <p><u>Allergének:</u> -</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 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.



BUDAPEST

Tej-szójamentes

2019.október 14-október20.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tea Mini dzsem Margarin Zsemle  <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 334 ZS: 13,9    TZS: 7,7    FH: 11,3 SZH: 40,2    CK: 21,1    SÓ: 0,9	Tea Sertés párizsi Margarin Zsemle  <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 301 ZS: 6,2    TZS: 3,5    FH: 5,4 SZH: 54,3    CK: 25,9    SÓ: 0,7	Tea Paprikakrém Zsemle  <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 441 ZS: 22,3    TZS: 6,7    FH: 14,2 SZH: 71    CK: 35,2    SÓ: 1,4	Tea Főtt tojás Margarin Zsemle  <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 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 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 Paradicsomos húsgombóc 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 TM Mexikói csirkemáj rizottó Csalamádé  <u>Allergének:</u> 1,10,12 EN: 702 ZS: 22,6    TZS: 0,3    FH: 20,5 SZH: 99,3    CK: 15    SÓ: 2	Reszelttészta leves Sertéspörkölt Fejtett babfőzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér Kókuszgolyó TM  <u>Allergének:</u> 1,3,5,8,10 EN: 845 ZS: 27,3    TZS: 5,6    FH: 24,7 SZH: 119,5    CK: 14,9    SÓ: 4	Magyaros gombaleves Sült csirkemell Snidlinges tört burgonya Vegyes saláta  <u>Allergének:</u> 1,3,12 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	Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Jégcsapretek  <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 234 ZS: 7,2    TZS: 4,5    FH: 6,6 SZH: 35,1    CK: 2,8    SÓ: 0,8	Brokkolikrém Félbarna kenyér Zöldpaprika  <u>Allergének:</u> 1,5, 8,11 EN: 201 ZS: 3,7    TZS: 2,8    FH: 6,4 SZH: 34,4    CK: 0    SÓ: 1,2	Lilahagymás margarinkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika  <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 276 ZS: 12    TZS: 8,2    FH: 14,9 SZH: 31,3    CK: 1,5    SÓ: 1,6	Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér Kigyóborka  <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	Körte Puffasztott rizs  <u>Allergének:</u> - 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. 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 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

**BUDAPEST**
**Tej-szójamentes**
**2019.október 21-október27.**

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tea Mini méz Margarin Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,5,8,11 EN: 409 ZS: 6,9    TZS: 4,9    FH: 14,6 SZH: 70,1    CK: 33,5    SÓ: 1,5	Tea Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,5,8 EN: 298 ZS: 12,3    TZS: 5,1    FH: 8,9 SZH: 36,8    CK: 10,5    SÓ: 2	Ünnepe  <u>Allergének:</u> EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:	Tea Petrezselymes kukoricakrém Zsemle  <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 345 ZS: 8,2    TZS: 4,3    FH: 14,7 SZH: 57,6    CK: 40,8    SÓ: 0,8	Tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kávia paprika  <u>Allergének:</u> 1,3,5,8 EN: 371 ZS: 13    TZS: 2,6    FH: 14,3 SZH: 50,9    CK: 19,5    SÓ: 1,7	<u>Allergének:</u> EN: TZS:    FH:    ZS: CK:    SÓ:    SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS:    FH:    ZS: CK:    SÓ:    SZH:
EBÉD	Lebbencsleves Sült virsli Zöldborsófőzelék TM Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,5, 8,11,12 EN: 815 ZS: 32,7    TZS: 4,9    FH: 32 SZH: 88,3    CK: 16,9    SÓ: 3,3	Tárkonyos zöldségleves Szárnyas roló Majorannás burgonyafőzelék TM Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,3,5,8, 11,12 EN: 843 ZS: 27,2    TZS: 4,8    FH: 24,7 SZH: 119,3    CK: 3,5    SÓ: 3	Ünnepe  <u>Allergének:</u> EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:	Zöldborsóleves Paradicsomos bazsalikom spagetti Szilva  <u>Allergének:</u> 1,3 EN: 850 ZS: 27,4    TZS: 3,6    FH: 24,9 SZH: 120,2    CK: 15,1    SÓ: 3,6	Hagyma krémleves TM Kenyérkocka Natúr halfilé Karottás rizs Tavaszi saláta  <u>Allergének:</u> 1,4,5,8 EN: 798 ZS: 53,3    TZS: 7,6    FH: 10 SZH: 64    CK: 4,8    SÓ: 2,5	<u>Allergének:</u> EN: TZS:    FH:    ZS: CK:    SÓ:    SZH:	<u>Allergének:</u> EN: TZS:    FH:    ZS: CK:    SÓ:    SZH:
UZSONNA	Tökmagos margarinkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka  <u>Allergének:</u> 1,5,8, 11 EN: 198 ZS: 5,9    TZS: 3,2    FH: 6,7 SZH: 29,3    CK: 2,5    SÓ: 1,4	Kenőmájás Zsemle Jégcsapretek  <u>Allergének:</u> 1,5, 8 EN: 219 ZS: 7,1    TZS: 3,2    FH: 7,5 SZH: 29,8    CK: 0    SÓ: 1,3	Ünnepe  <u>Allergének:</u> EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:	Sertés párizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kávia paprika  <u>Allergének:</u> 1,5, 8 EN: 190 ZS: 3,5    TZS: 2,9    FH: 7,3 SZH: 35    CK: 1,7    SÓ: 0,8	Gesztenyemarci TM Zsemle  <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 245 ZS: 16    TZS: 3,3    FH: 7 SZH: 44    CK: 9,5    SÓ: 0,9	<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. 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 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.

**BUDAPEST**
**Tej-szójamentes**
**2019.október 29-október 31.**

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tea Mini dzsem Margarin Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,5, 8,11 EN: 391 ZS: 6,9    TZS: 4,9    FH: 14,5 SZH: 65,1    CK: 27,8    SÓ: 1,5	Tea Brokkolkrém Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,5, 8,11 EN: 273 ZS: 6,5    TZS: 3,4    FH: 7 SZH: 44,9    CK: 11,8    SÓ: 1,1	Tea 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 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	Karfiollevés TM Pincepörkölt sertéshússal Félbarna kenyér Csalamádé  <u>Allergének:</u> 1,3, 5, 8,10,11,12 EN: 757 ZS: 24,4    TZS: 5,8    FH: 22,2 SZH: 107    CK: 2,7    SÓ: 3,4	Kukoricadara galuska leves Sertés vagdalt Kelkáposzta főzelék 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	Fejtett bablevés füstölt hússal Rizspuding TM Kakaós szórát  <u>Allergének:</u> 1,3 EN: 775 ZS: 25    TZS: 4,5    FH: 22,7 SZH: 109,6    CK: 47,2    SÓ: 2,3	Köménymaglevés Kenyérkocka Bakonyi csirkekokány TM Főtt tészta Körte  <u>Allergének:</u> 1,3, 5, 8,11 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	Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika  <u>Allergének:</u> 1,5, 8 EN: 152 ZS: 1,8    TZS: 0,6    FH: 5,3 SZH: 28,2    CK: 0,7    SÓ: 0,8	Lilahagymás margarinkrém Zsemle Kígyóuborka  <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 Félbarna kenyér  <u>Allergének:</u> 1,5, 8,11 EN: 252 ZS: 8,4    TZS: 4,8    FH: 9,5 SZH: 33,8    CK: 0,3    SÓ: 1,7	Lilahagymás zöldborsópástétom Zsemle Kápia paprika  <u>Allergének:</u> 1,5, 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 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 érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést 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](http://www.hungast.hu)) megtekinthető.