

VÁRPALOTA

Kollégium

2020. 03. 02.–2020. 03. 08.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Vaníliás tej
Kakaós kalács

Allergének:
1,3,7

EN:516
ZS: 10,7 TZS: 5,6 FH: 15,4
SZH:84,3 CK:33,8 SÓ: 1

Tea
Körözött
Félbarna kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1,7,12

EN: 379
ZS: 5,5 TZS: 2,7 FH: 14,4
SZH: 64,8 CK: 9,9 SÓ: 1,9

Tea
Gépsonka
Margarin
Zsemle
Paradicsom

Allergének:
1,6,12

EN: 418
ZS: 7,3 TZS: 1,8 FH: 15,2
SZH: 71,6 CK: 10,7 SÓ: 2,4

Tej
Soproni felvágott
Margarin
Félbarna kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,6,7

EN: 512
ZS: 14,8 TZS: 5,7 FH: 20,1
SZH: 66,6 CK: 12,2 SÓ: 2

Tea
Gyümölcsös joghurt
Főtt tojás
Margarin
Teljes kiőrlésű kifli

Allergének:
1,3,7,12

EN: 459
ZS: 11,6 TZS: 4 FH: 16,9
SZH: 65,4 CK: 23,2 SÓ: 1,6

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Tojásleves
Lecsós pulyka ragu
Párolt rizs
Narancs

Allergének:
1,3

EN:859
ZS: 38,2 TZS: 6,8 FH: 32
SZH:93,7 CK:16,1 SÓ: 2,9

Csontleves
Szezámmagos szárnyas roló
Sárgaborsó főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,9,11

EN: 891
ZS: 22,5 TZS: 4 FH: 46,3
SZH: 113,7 CK: 1 SÓ: 4,3

Sertés raguleves
Túrós derelye
Vaníliás tejföl
Alma

Allergének:
1,3,7,9

EN: 972
ZS: 26,3 TZS: 9,4 FH: 32,7
SZH: 142,9 CK: 30,8 SÓ: 3,1

Zellerleves
Temesvári szárnyas ragu
Párolt rizs
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,9

EN: 826
ZS: 26,2 TZS: 5,4 FH: 32,2
SZH: 111,1 CK: 2,6 SÓ: 3,7

Limonádé
Rántott csirkemell
Burgonyapüré
Vegyes saláta

Allergének:
1,3,7,12

EN: 844
ZS: 13,7 TZS: 3,8 FH: 42,5
SZH: 130,3 CK: 25,5 SÓ: 2,6

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

VACSORA

Tea
Lasagne

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:798
ZS: 29,8 TZS: 11,7 FH: 33,9
SZH:96,7 CK:16,2 SÓ: 1,9

Rizsfelfújt
Csokoládés öntet
Mandarin

Allergének:
1,3,7

EN: 807
ZS: 12,7 TZS: 6,2 FH: 21,6
SZH: 145 CK: 55,2 SÓ: 0,5

Tea
Hideg sertéssült
Francia saláta
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,7,10,12

EN: 873
ZS: 36,6 TZS: 8,3 FH: 36,6
SZH: 90,9 CK: 14,3 SÓ: 2,6

Limonádé
Borsos sertés tokány
Párolt rizs
Házi csalamádé

Allergének:
1,12

EN: 811
ZS: 34,7 TZS: 8,5 FH: 25,3
SZH: 98,5 CK: 23,9 SÓ: 2,2

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk az ételk allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő 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.

VÁRPALOTA

Kollégium

2020. 03. 09.–2020. 03. 15.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tej
Briós

Allergének:
1,3,6,7

EN:459
ZS: 11,7 TZS: 6,5 FH: 15,8
SZH:68,5 CK:20,1 SÓ: 1

Tea
Sertés párizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,6,12

EN: 382
ZS: 9,4 TZS: 1,9 FH: 10,4
SZH: 61,4 CK: 9,9 SÓ: 2,4

Tea
Csemege szalámi
Margarin
Zsemle
Paradicsom

Allergének:
1,12

EN: 455
ZS: 12 TZS: 4,1 FH: 12,6
SZH: 70,4 CK: 10,6 SÓ: 2

Tea
Trappista sajszelet
Margarin
Teljes kiőrlésű kifli
Jégcsapretek

Allergének:
1,7,12

EN: 430
ZS: 15,7 TZS: 8,3 FH: 17,3
SZH: 51,6 CK: 9,8 SÓ: 2,8

Tea
Húspástétom
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóborka

Allergének:
1,12

EN: 379
ZS: 7 TZS: 2,7 FH: 11,3
SZH: 64,3 CK: 12,4 SÓ: 2,2

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Erőleves
Székelykáposzta
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,9

EN:645
ZS: 32,2 TZS: 8,9 FH: 23,5
SZH:61 CK:4,3 SÓ: 4,3

Alföldi tésztaleves
Stroganoff csirkescsók*
Párolt rizs

Allergének:
1,3,7,9,10

EN: 843
ZS: 39,8 TZS: 7,5 FH: 29,4
SZH: 89 CK: 2 SÓ: 3

Fejtett bableves
Sajtos-tejfölös tészta
Alma

Allergének:
1,3,7,9

EN: 880
ZS: 35,7 TZS: 15,1 FH: 32,1
SZH: 99,3 CK: 15,1 SÓ: 2,3

Daragaluska leves
Rakott karfiol

Allergének:
1,3,7,9

EN: 713
ZS: 38,2 TZS: 10 FH: 26,8
SZH: 59,4 CK: 3,1 SÓ: 0,9

Paradicsomleves
Rántott halfilé
Snidlinges burgonya
Majonézés tavaszi saláta*

Allergének:
1,3,4,7,9,10,12

EN: 934
ZS: 25,6 TZS: 5,7 FH: 34,9
SZH: 133,8 CK: 27,5 SÓ: 2,3

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

VACSORA

Langalló
Körte

Allergének:
1,6,7

EN:886
ZS: 36,9 TZS: 15,1 FH: 29,7
SZH:103,9 CK:20,4 SÓ: 2,2

Tea
Párizsi csirkecomb filé
Zöldséges rizs
Tzatziki saláta

Allergének:
1,3,7,12

EN: 1013
ZS: 51 TZS: 7,9 FH: 35,6
SZH: 100,1 CK: 13,3 SÓ: 1,3

Tea
Sertés pörkölt
Tökfőzelék
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7,12

EN: 785
ZS: 36,3 TZS: 9 FH: 25,5
SZH: 84,9 CK: 21,9 SÓ: 3,1

Limonádé
Bazsalikomos bulguros csirke
Csemege uborka

Allergének:
1,10,12

EN: 624
ZS: 12,9 TZS: 1,9 FH: 29
SZH: 83,8 CK: 17,2 SÓ: 2

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

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. Szezámag; 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.

VÁRPALOTA

Kollégium

2020. 03. 16.–2020. 03. 22.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tej
Mogyorós krém
Félbarna kenyér

Allergének:
1,6,7,8

EN:539
ZS: 13,5 TZS: 7,2 FH: 15,4
SZH:82,3 CK:29,6 SÓ: 2

Tea
Zala felvágott
Margarin
Zsemle
Zöldpaprika

Allergének:
1,6,12

EN: 470
ZS: 11,1 TZS: 3 FH: 14,2
SZH: 71,4 CK: 10,7 SÓ: 2,3

Tea
Trappista sajszelet
Margarin
Félbarna kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1,7,12

EN: 467
ZS: 15,1 TZS: 8 FH: 17
SZH: 63,1 CK: 10 SÓ: 2,3

Tej
Gépsonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1,6,7

EN: 464
ZS: 11,3 TZS: 4,4 FH: 21,2
SZH: 64,8 CK: 12,4 SÓ:2,3

Tea
Zöldséges tojásrántotta
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,12

EN: 592
ZS: 25,8 TZS: 3,6 FH: 22,9
SZH: 62,1 CK: 10,2 SÓ: 3,6

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Karalábéleves
Csikós szárnyas tokány
Párolt rizs

Allergének:
1,3,7

EN:849
ZS: 39,5 TZS: 8,7 FH: 31,4
SZH:88,3 CK:1,3 SÓ: 3,3

Zsúrmóka leves
Főtt tojás
Zöldborsófőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7

EN: 841
ZS: 34,7 TZS: 9,5 FH: 32,6
SZH: 85,6 CK: 12,4 SÓ: 2,7

Frankfurti leves
Mákos metélt
Teljes kiőrlésű kenyér
Körte

Allergének:
1,6,7,8,9,11,12

EN: 1033
ZS: 22,7 TZS: 5,1 FH: 30,3
SZH: 172,6 CK: 58,8 SÓ: 3,5

Zöldség krémleves
Leves gyöngy
Hagymás csirkemáj
Tört burgonya
Csemege uborka

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN: 847
ZS: 38,4 TZS: 8,8 FH: 33,4
SZH: 85,4 CK: 6 SÓ:4

100%-os gyümölcsle
Grillfűszeres csirkemell
Sajtmártás
Karottás rizs

Allergének:
1,7,10

EN: 805
ZS: 28,7 TZS: 5,8 FH: 38,6
SZH: 96,3 CK: 36,3 SÓ: 2,5

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

VACSORA

Tea
Erdélyi rakott káposzta

Allergének:
7,12

EN:498
ZS: 24,9 TZS: 10 FH: 19,4
SZH:44 CK:14 SÓ: 1,9

Carbonara spagetti
Reszelt sajt
Alma

Allergének:
1,6,7

EN: 732
ZS: 30,7 TZS: 9,5 FH: 33,5
SZH: 84,2 CK: 15,2 SÓ: 2,3

Limonádé
Sült csirkecomb
Mediterrán sült rizs

Allergének:
12

EN: 757
ZS: 25,5 TZS: 3,6 FH: 49
SZH: 83,2 CK: 18,3 SÓ: 2,1

Tea
Cézár saláta
Bagett

Allergének:
1,3,4,6,7,10,12

EN: 888
ZS: 44,6 TZS: 10,5 FH: 44,7
SZH: 71,6 CK: 16,3 SÓ:1,6

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

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. 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.

VÁRPALOTA

Kollégium

2020. 03. 23.–2020. 03. 29.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Kakaós tej
Vajkrém
Zsemle

Allergének:
1,7

EN:576
ZS: 13,8 TZS: 7,8 FH: 17,6
SZH:87,5 CK:28,8 SÓ: 2,1

Tea
Olasz felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1,6,12

EN: 431
ZS: 11,6 TZS: 3,3 FH: 13,1
SZH: 62,2 CK: 10,1 SÓ: 2,5

Tea
Füstölt baromfi párizsi
Margarin
Zsemle
Zöldpaprika

Allergének:
1,12

EN: 462
ZS: 12,2 TZS: 3,8 FH: 13,6
SZH: 70,6 CK: 10,6 SÓ: 2,3

Tej
Fatörzs kifli

Allergének:
1,3,7

EN: 454
ZS: 10,7 TZS: 5,6 FH: 15,4
SZH: 68,5 CK: 19,8 SÓ:1

Tea
Trappista sajt szelet
Főtt tojás
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,12

EN: 543
ZS: 20,5 TZS: 9,8 FH: 22,2
SZH: 60,8 CK: 10,2 SÓ: 3,1

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Reszelt tésztaleves
Pritaminos csirkeragu
Petrezselymes rizs

Allergének:
1,7,9

EN:697
ZS: 27,1 TZS: 4,8 FH: 27,6
SZH:84,8 CK:1,7 SÓ: 2,9

Magyaros karfiollevés
Paradicsomos húsgombóc
Főtt burgonya
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,9,12

EN: 857
ZS: 29,7 TZS: 6,9 FH: 30,2
SZH: 112,1 CK: 20,4 SÓ: 2,5

Tárkonyos pulykabecsínált
levés
Káposztás kocka
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 784
ZS: 19,5 TZS: 3,8 FH: 32,9
SZH: 116,1 CK: 26,7 SÓ: 1,5

Zöldséges burgonyaleves
Borsos szárnyas tokány
Lencsefőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN: 985
ZS: 22,2 TZS: 4,4 FH: 52,6
SZH: 136 CK: 9,2 SÓ:3,7

Panírozott halrudacska
Burgonyapüré
Csemege uborka
Csokoládés puding

Allergének:
1,4,7,10,12

EN: 798
ZS: 22,5 TZS: 5,8 FH: 29
SZH: 109,8 CK: 22,8 SÓ: 4

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

VACSORA

Tea
Rakott burgonya virslivel
Cékla
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,6,7,10,12

EN:652
ZS: 16,7 TZS: 5,3 FH: 19,9
SZH:94,9 CK:16 SÓ: 2,1

Tea
Szerb rizses hús
Házi csalamádé

Allergének:
12

EN: 681
ZS: 24,4 TZS: 6,7 FH: 23,6
SZH: 90,8 CK: 19,8 SÓ: 1,1

Limonádé
Barbecue csirkecomb filé
Párolt köles
Majonézes kukorica saláta

Allergének:
1,3,6,7,10,12

EN: 679
ZS: 25,6 TZS: 6,7 FH: 34
SZH: 71,7 CK: 20,3 SÓ: 3,6

Sajtos-sonkás pizza
Banán

Allergének:
1,6,7

EN: 857
ZS: 22,5 TZS: 8,3 FH: 28,8
SZH: 134,1 CK: 61,9 SÓ:3,2

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

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 érdeklődő kiszolgálást végző munkatársaink! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézést kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számitott 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

VÁRPALOTA

Kollégium

2020. 03. 30.–2020. 04. 05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tea
Sertés párizsi
Margarin
Zsemle
Jégcsapretek

Allergének:
1,6,12

EN:427
ZS: 9,1 TZS: 1,6 FH: 12,2
SZH:70,6 CK:10,5 SÓ: 2,2

Tea
Körözött
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,7,12

EN: 373
ZS: 5,9 TZS: 3 FH: 14,1
SZH: 62,1 CK: 9,9 SÓ: 1,5

Tejeskávé
Kakaós kalács

Allergének:
1,3,7

EN: 511
ZS: 10,7 TZS: 5,6 FH: 15,5
SZH: 82,8 CK: 32,9 SÓ: 1

Tea
Csirkemell sonka
Margarin
Félbarna kenyér
Paradicsom

Allergének:
1,12

EN: 386
ZS: 5,5 TZS: 1,3 FH: 14,5
SZH: 64,2 CK: 9,9 SÓ: 2

Tea
Sajtos tojásrántotta
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,3,7,12

EN: 587
ZS: 24,7 TZS: 6,2 FH: 24,6
SZH: 62 CK: 10 SÓ: 3

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Lebbencsleves
Csirkepörkölt
Tökfőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,12

EN:811
ZS: 29,5 TZS: 6,2 FH: 32,6
SZH:97 CK:13,2 SÓ: 3,4

Sertés húsgombóc leves
Gránátos kocka
Cékla

Allergének:
1,3,9,10,12

EN: 832
ZS: 30,2 TZS: 5,3 FH: 26,2
SZH: 110,8 CK: 10,4 SÓ: 2,9

Tojásleves
Zöldborsós sertés ragu
Petrezselymes rizs
Alma

Allergének:
1,3

EN: 803
ZS: 30,6 TZS: 4,3 FH: 32,6
SZH: 97,1 CK: 11,5 SÓ: 2,3

Csontleves
Szárnyas vagdalt
Burgonyapüré
Káposztasaláta
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 984
ZS: 24,7 TZS: 5,5 FH: 40,9
SZH: 139,4 CK: 11,3 SÓ: 3,7

Brokkoli krémleves
Pírtott magvak
Fűszeres paradicsomos
csirkemell
Kukoricás rizs

Allergének:
1,7,11

EN: 781
ZS: 29,4 TZS: 4,7 FH: 45,9
SZH: 80,2 CK: 5,5 SÓ: 3,6

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

VACSORA

Tea
Stefánia vagdalt
Hagymás tört burgonya
Párolt káposzta

Allergének:
1,3,12

EN:821
ZS: 43,2 TZS: 9,1 FH: 27,9
SZH:75,3 CK:19,4 SÓ: 2,3

Tea
Hamburger friss zöldségekkel

Allergének:
1,3,6,7,10,12

EN: 820
ZS: 40,9 TZS: 18,4 FH: 30,2
SZH: 80,8 CK: 25,7 SÓ: 3,2

Limonádé
Sült csirkecomb
Burgonyapüré
Uborkasaláta

Allergének:
7,12

EN: 752
ZS: 22,9 TZS: 5,1 FH: 50,8
SZH: 79,9 CK: 21,6 SÓ: 2,7

Csikós sertés tokány
Orsó tészta
Alma

Allergének:
1,7

EN: 751
ZS: 31,5 TZS: 8,8 FH: 30,7
SZH: 83,5 CK: 15 SÓ: 2,2

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételk 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 (számitott 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.