

ÉTLAP

HUNGAST

Budapest - Zugló

Felnőtt

2018. Július 30. – Augusztus 05.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><i>Allergének:</i> diófélel, földimogyoró, glutén, szójabab, tej</p> <p>EN: 448 ZS: 14,4 TZS: 6,8 FH: 20,4 SZH: 56,8 CK: 13,5 SÓ: 2,4</p>	<p>Tej Málnás túrókrém Kifli</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>EN: 536 ZS: 32,7 TZS: 6,5 FH: 19,3 SZH: 90,4 CK: 21,5 SÓ: 2,4</p>	<p>Tejeskávé Fatörzs kifli</p> <p><i>Allergének:</i> diófélel, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 300 ZS: 6,4 TZS: 3,5 FH: 10,2 SZH: 49,3 CK: 14,2 SÓ: 0,7</p>	<p>Tej Főtt tojás Margarin Félbarna kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> diófélel, glutén, szezámmag, szójabab, tej, tojás</p> <p>EN: 555 ZS: 18,9 TZS: 9,5 FH: 28,1 SZH: 64,7 CK: 12 SÓ: 3,2</p>	<p>Tej Szezámmagos sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> diófélel, földimogyoró, glutén, szezámmag, tej</p> <p>EN: 421 ZS: 12,7 TZS: 5,9 FH: 18,6 SZH: 56,8 CK: 14,7 SÓ: 2,2</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
EBÉD	<p>Citromos szárnyas raguleves Burgonyás tészta Kovászos uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, kén-dioxid, tojás, zeller</p> <p>EN: 693 ZS: 22,4 TZS: 0,4 FH: 20,3 SZH: 98 CK: 3,2 SÓ: 4</p>	<p>Brokkoli leves Mézes mustáros sertés tokány Petrezselymes rizs</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, tojás</p> <p>EN: 693 ZS: 22,4 TZS: 6,2 FH: 20,3 SZH: 98 CK: 10,1 SÓ: 4</p>	<p>Kukorica daragaluska leves Sertés vagdalt Babfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Nektarin</p> <p><i>Allergének:</i> csillagfűrt, diófélel, földimogyoró, glutén, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 975 ZS: 33,4 TZS: 5,8 FH: 41,3 SZH: 120,9 CK: 4,2 SÓ: 3,7</p>	<p>Tejfölös karalábéleves Paprikás burgonya virslivel Teljes kiőrlésű kenyér Uborkasaláta</p> <p><i>Allergének:</i> diófélel, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, tej, tojás</p> <p>EN: 763 ZS: 31,9 TZS: 5,3 FH: 20,7 SZH: 90,4 CK: 13,4 SÓ: 3,4</p>	<p>Zöldsg krémleves levesgyönggyel Rántott halfilé Bulgur Párolt mexikói köret Görögdinnye</p> <p><i>Allergének:</i> diófélel, glutén, hal, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 797 ZS: 27,9 TZS: 1,9 FH: 26,6 SZH: 109,4 CK: 31,8 SÓ: 3,4</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
UZSONNA	<p>Trappista sajt Margarin Zsemle</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojás</p> <p>EN: 448 ZS: 16 TZS: 12,4 FH: 19,1 SZH: 57,3 CK: 0 SÓ: 2,3</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paprika</p> <p><i>Allergének:</i> diófélel, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 270 ZS: 6,6 TZS: 5,7 FH: 8,4 SZH: 43,7 CK: 0,7 SÓ: 1,4</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér Kigyóuborka</p> <p><i>Allergének:</i> diófélel, glutén, szezámmag, szójabab, tej</p> <p>EN: 347 ZS: 7,3 TZS: 5,8 FH: 15,3 SZH: 53,4 CK: 0,4 SÓ: 2,7</p>	<p>Magyaros vajkrém Zsemle Retek</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>EN: 286 ZS: 1,7 TZS: 0,6 FH: 8,4 SZH: 57,7 CK: 0,3 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcs ízű joghurt Kifli</p> <p><i>Allergének:</i> diófélel, földimogyoró, glutén, tej</p> <p>EN: 432 ZS: 26,1 TZS: 2,5 FH: 12,5 SZH: 85,6 CK: 16,6 SÓ: 2</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>

Diétás étkezést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról érdeklődj a konyhai személyzetnél! A szükség szerinti étlap változásért 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)

ÉTLAP

HUNGAST

Budapest - Zugló

Felnőtt

2018. Augusztus 06-12.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Vaníliás tej Fahéjas csiga</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 404 ZS: 12,2 TZS: 2,3 FH: 13,7 SZH: 57,4 CK: 26 SÓ: 0,7</p>	<p>Tej Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, tej</p> <p>EN: 441 ZS: 14 TZS: 6,7 FH: 18,2 SZH: 58,3 CK: 15,7 SÓ: 1,9</p>	<p>Tej Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, mustár, tej, tojás</p> <p>EN: 450 ZS: 15,2 TZS: 3,9 FH: 19,8 SZH: 56,8 CK: 12,9 SÓ: 2,2</p>	<p>Tej Extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, glutén, szezámmag, szójabab, tej</p> <p>EN: 526 ZS: 9,3 TZS: 7,5 FH: 17,3 SZH: 89,9 CK: 32,4 SÓ: 2,2</p>	<p>Tej Kapros citromos tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, hal, mustár, szójabab, tej</p> <p>EN: 381 ZS: 8 TZS: 4 FH: 20,3 SZH: 55,6 CK: 13,6 SÓ: 2,1</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
EBÉD	<p>Hamis gulyásleves Pirított sertés csikok Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Ősziarack</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 773 ZS: 36,9 TZS: 6,9 FH: 29,9 SZH: 72,2 CK: 4,3 SÓ: 3,3</p>	<p>Zellerleves Csirkemáj rizottó Csalamádé</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojás, zeller</p> <p>EN: 713 ZS: 26,9 TZS: 0,3 FH: 31,4 SZH: 80,4 CK: 2,1 SÓ: 3</p>	<p>Sertés becsínált leves Csokoládés öntet Piskóta kocka Alma</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, glutén, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 646 ZS: 20,8 TZS: 5,5 FH: 18,9 SZH: 93,4 CK: 13,6 SÓ: 3</p>	<p>Magyaros gombaleves Sertéspörkölt Kapros tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 731 ZS: 43,2 TZS: 7,6 FH: 28,3 SZH: 52,6 CK: 12,2 SÓ: 3,2</p>	<p>Meggyleves Fűszeres csirkecomb Burgonyapüré Nyári vegyes saláta pirított magvakkal</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, kén-dioxid, tej</p> <p>EN: 469,37 ZS: 22,4 TZS: 4,8 FH: 121,8 SZH: 87,1 CK: 34,8 SÓ: 1,7</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
UZSONNA	<p>Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Kápia paprika</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, glutén, szezámmag, szójabab, tej</p> <p>EN: 406 ZS: 13,2 TZS: 8,1 FH: 16,1 SZH: 58 CK: 1,6 SÓ: 2,6</p>	<p>Sajtszelet Margarin Szezámmagos zsemle</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 457 ZS: 16,7 TZS: 12,4 FH: 19,7 SZH: 58,9 CK: 0 SÓ: 2,4</p>	<p>Párizsi Margarin Zsemle Kigyóuborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab</p> <p>EN: 405 ZS: 12,1 TZS: 8,4 FH: 13,2 SZH: 58,3 CK: 0,1 SÓ: 2,2</p>	<p>Gépsonka Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab</p> <p>EN: 356 ZS: 7,8 TZS: 5,6 FH: 14,9 SZH: 59,4 CK: 0,4 SÓ: 2,3</p>	<p>Túródesszert</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, szójabab, tej</p> <p>EN: 82 ZS: 8,49 TZS: 2,8 FH: 33,19 SZH: 9 CK: 8,5 SÓ: 0</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>

Diétás étkezéstést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról érdeklődj a konyhai személyzetnél! A szükség szerinti étlap változásért előre is elnézést 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)

ÉTLAP

HUNGAST

Budapest - Zugló

Felnőtt

2018. Augusztus 13-19.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Karamellás tej Briós</p> <p><i>Allergének: glutén, szójabab, tej, tojás</i></p> <p>EN: 354 ZS: 7,2 TZS: 2,9 FH: 12,3 SZH: 58,3 CK: 23,1 SÓ: 0,7</p>	<p>Tej Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa-hasáb</p> <p><i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, tej, tojás</i></p> <p>EN: 510 ZS: 19 TZS: 9,6 FH: 26,9 SZH: 55,4 CK: 12,7 SÓ: 2,8</p>	<p>Tej Szezámagos vajkrém Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p><i>Allergének: diófélék, glutén, szezám, szójabab, tej</i></p> <p>EN: 554 ZS: 16,2 TZS: 8,1 FH: 21,4 SZH: 78,9 CK: 16,4 SÓ: 1,8</p>	<p>Kakaós tej Margarin Kifli</p> <p><i>Allergének: glutén, tej</i></p> <p>EN: 527 ZS: 31,9 TZS: 8,6 FH: 18,2 SZH: 92,8 CK: 12 SÓ: 2,3</p>	<p>Tej Gabonapehely</p> <p><i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, szezám, szójabab, tej</i></p> <p>EN: 316 ZS: 5,9 TZS: 2,7 FH: 11,6 SZH: 52,3 CK: 29,5 SÓ: 0,5</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
EBÉD	<p>Sárgaborsó krémleves Tarhonyás hús sertéshúsból Csemege uborka Nektarin</p> <p><i>Allergének: glutén, kén-dioxid, mustár, tojás, zeller</i></p> <p>EN: 900 ZS: 29 TZS: 5,7 FH: 26 SZH: 127,3 CK: 4,1 SÓ: 4,3</p>	<p>Csontleves Főtt sertés szelet Gyümölcsmártás Pírtott búzadara</p> <p><i>Allergének: glutén, mustár, szójabab, tej, tojás, zeller</i></p> <p>EN: 865 ZS: 37,6 TZS: 7,4 FH: 27 SZH: 100,5 CK: 39 SÓ: 3,6</p>	<p>Almaleves Szárnyas gyros pirított burgonyával Joghurtos friss saláta</p> <p><i>Allergének: glutén, kén-dioxid, tej</i></p> <p>EN: 830 ZS: 26,8 TZS: 5,9 FH: 24,3 SZH: 117,4 CK: 33,2 SÓ: 2,7</p>	<p>Lebbencsleves Dino szelet Zsenge zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, szójabab, tej, tojás</i></p> <p>EN: 800 ZS: 25,8 TZS: 0,8 FH: 23,4 SZH: 113,2 CK: 15,2 SÓ: 2,3</p>	<p>Paradicsomleves Rántott halfilé Párolt rizs Uborkasaláta Kókuszgolyó</p> <p><i>Allergének: diófélék, glutén, hal, mustár, szezám, tej, tojás, zeller</i></p> <p>EN: 849 ZS: 21,8 TZS: 2 FH: 17,4 SZH: 143 CK: 39,8 SÓ: 2</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
UZSONNA	<p>Kenőmájas Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p><i>Allergének: glutén, szójabab</i></p> <p>EN: 404 ZS: 10 TZS: 4,6 FH: 14,4 SZH: 62 CK: 1,4 SÓ: 2,1</p>	<p>Tavaszi felvágott Margarin Félbarna kenyér</p> <p><i>Allergének: diófélék, glutén, szezám, szójabab, tej</i></p> <p>EN: 402 ZS: 13,1 TZS: 5,2 FH: 13,8 SZH: 54,8 CK: 0,8 SÓ: 2,6</p>	<p>Sajtszelet Margarin Félbarna kenyér Kigyóuborka</p> <p><i>Allergének: diófélék, glutén, szezám, szójabab, tej, tojás</i></p> <p>EN: 453 ZS: 16,9 TZS: 12,4 FH: 21,1 SZH: 54,4 CK: 0 SÓ: 2,8</p>	<p>Olasz felvágott Margarin Félbarna kenyér Paprika</p> <p><i>Allergének: diófélék, glutén, szezám, szójabab, tej</i></p> <p>EN: 444 ZS: 18 TZS: 8,4 FH: 14,8 SZH: 53,2 CK: 0,1 SÓ: 3,3</p>	<p>Kockasajt Teljes kiőrlésű kifli</p> <p><i>Allergének: glutén, tej</i></p> <p>EN: 392 ZS: 28,5 TZS: 4,4 FH: 11,7 SZH: 73 CK: 3,7 SÓ: 2,1</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>

Diétás étkezést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról érdeklődj a konyhai személyzetnél! A szükség szerinti étlap változásért előre is elnézést 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)

ÉTLAP

HUNGAST

Budapest - Zugló

Felnőtt

2018. Augusztus 20-26.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Mogyorós krém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 500 ZS: 15,3 TZS: 5,2 FH: 16,7 SZH: 72,8 CK: 30,4 SÓ: 1,6</p>	<p>Tej Zöldfűszeres túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 434 ZS: 13,1 TZS: 5 FH: 19,6 SZH: 61,6 CK: 15,3 SÓ: 2,2</p>	<p>Tej Virslis Mustár Félbarna kenyér</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 688 ZS: 30,6 TZS: 9,4 FH: 31,4 SZH: 69,3 CK: 13 SÓ: 4,9</p>	<p>Tej Pritaminpaprikás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 450 ZS: 15,2 TZS: 3,9 FH: 19,8 SZH: 56,8 CK: 12,9 SÓ: 2,2</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 500 ZS: 15,3 TZS: 5,2 FH: 16,7 SZH: 72,8 CK: 30,4 SÓ: 1,6</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 500 ZS: 15,3 TZS: 5,2 FH: 16,7 SZH: 72,8 CK: 30,4 SÓ: 1,6</p>	
EBÉD	<p>Zöldbableves Rakott burgonya kolbással Fejes saláta</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 849 ZS: 27,4 TZS: 11,2 FH: 24,9 SZH: 120 CK: 17,1 SÓ: 7,5</p>	<p>Tojásleves Reszelt sajt Bolognai spagetti sertéshúsból</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 1010 ZS: 44,1 TZS: 8,3 FH: 39,5 SZH: 107 CK: 9,8 SÓ: 9,1</p>	<p>Kertészleves Párolt sertés szelet Sósamártás Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 920 ZS: 37,6 TZS: 8,5 FH: 35,3 SZH: 100,2 CK: 31,5 SÓ: 6,8</p>	<p>Hagyma krémleves levesgyönggyel Rántott csirkemell Vajas karotta kukoricával Petrezselymes rizs Görögdinnye</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 841 ZS: 29,3 TZS: 9,3 FH: 27,2 SZH: 117,3 CK: 16,8 SÓ: 4,7</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 849 ZS: 27,4 TZS: 11,2 FH: 24,9 SZH: 120 CK: 17,1 SÓ: 7,5</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 849 ZS: 27,4 TZS: 11,2 FH: 24,9 SZH: 120 CK: 17,1 SÓ: 7,5</p>	
UZSONNA	<p>Párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 346 ZS: 12,9 TZS: 8,6 FH: 12,6 SZH: 43,5 CK: 0,8 SÓ: 2,2</p>	<p>Müzli szelet Őszibarack</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 139 ZS: 1,4 TZS: 0 FH: 3,9 SZH: 26,4 CK: 7 SÓ: 0,1</p>	<p>Sajtszelet Margarin Zsemle Paradicsom</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 457 ZS: 16,1 TZS: 12,4 FH: 19,5 SZH: 58,9 CK: 0,8 SÓ: 2,3</p>	<p>Gyümölcs ízű joghurt Kifli</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 432 ZS: 26,1 TZS: 2,5 FH: 12,5 SZH: 85,6 CK: 16,6 SÓ: 2</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 346 ZS: 12,9 TZS: 8,6 FH: 12,6 SZH: 43,5 CK: 0,8 SÓ: 2,2</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: 346 ZS: 12,9 TZS: 8,6 FH: 12,6 SZH: 43,5 CK: 0,8 SÓ: 2,2</p>	

Diétás étkezést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról érdeklődj a konyhai személyzetnél! A szükség szerinti étlap változásért előre is elnézést 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)

ÉTLAP

HUNGAST

Budapest - Zugló

Felnőtt

2018. Augusztus 27. – Szeptember 02.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Magyaros vajkrém Korpás kifli Paprika</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 440 ZS: 5,9 TZS: 3,1 FH: 19,5 SZH: 75,9 CK: 13,7 SÓ: 1,7</p>	<p>Tejeskávé Kalács</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 424 ZS: 9,6 TZS: 5 FH: 16,2 SZH: 75,6 CK: 40 SÓ: 1,1</p>	<p>Tej Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, tej, tojás</p> <p>EN: 518 ZS: 19,1 TZS: 9,6 FH: 27,3 SZH: 56,7 CK: 13,5 SÓ: 2,7</p>	<p>Karamellás tej Leveles pogácsa</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 373 ZS: 16,8 TZS: 5,6 FH: 16 SZH: 60,1 CK: 20 SÓ: 2,1</p>	<p>Tej Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, mustár, tej, tojás</p> <p>EN: 393 ZS: 9,7 TZS: 2,9 FH: 17,1 SZH: 58 CK: 14 SÓ: 2,3</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
EBÉD	<p>Tárkonyos sertés raguleves Barack íz Darás metélt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 921 ZS: 23,3 TZS: 5,4 FH: 32 SZH: 139,7 CK: 24,1 SÓ: 2</p>	<p>Köménymag leves pirított kenyérkockával Rakott kelkáposzta sertéshússal Sárgadinnye</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, glutén, szezámmag, szójabab, tej</p> <p>EN: 684 ZS: 34,3 TZS: 7,5 FH: 23,2 SZH: 65,8 CK: 1,4 SÓ: 2,1</p>	<p>Fejtett bableves Szezámagos halpogácsa Burgonyapüré Vegetáriánus saláta</p> <p><i>Allergének:</i> csillagfűrt, diófélék, földimogyoró, glutén, hal, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 752 ZS: 15,5 TZS: 2,1 FH: 40,2 SZH: 102,7 CK: 8 SÓ: 4,6</p>	<p>Grízgombóc leves Csirkepörkölt Tököfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, mustár, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 713 ZS: 29,4 TZS: 3,1 FH: 29 SZH: 76,1 CK: 14,3 SÓ: 3,2</p>	<p>Vaníliás körte krémleves* Csirkemell szelet vajmártással* Párolt rizs Mentás citromos zöldborsópüré*</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>EN: 1162 ZS: 32,8 TZS: 4,9 FH: 52,8 SZH: 157,4 CK: 31,2 SÓ: 2,5</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
UZSONNA	<p>Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szójabab</p> <p>EN: 297 ZS: 8,5 TZS: 5,7 FH: 14,4 SZH: 44,3 CK: 1,1 SÓ: 2,3</p>	<p>Sajtszelet Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kávia paprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojás</p> <p>EN: 496 ZS: 16,8 TZS: 12,7 FH: 23,6 SZH: 67 CK: 2,6 SÓ: 2,4</p>	<p>Kenőmájás Zsemle</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, szójabab</p> <p>EN: 375 ZS: 9,7 TZS: 4,3 FH: 12 SZH: 57,5 CK: 0 SÓ: 2</p>	<p>Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, glutén, szezámmag, szójabab, tej</p> <p>EN: 396 ZS: 12,9 TZS: 8,1 FH: 14,5 SZH: 54,1 CK: 0,4 SÓ: 2,6</p>	<p>Kockasajt Zsemle</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>EN: 169 ZS: 5,5 TZS: 3,3 FH: 10,3 SZH: 59,8 CK: 1,8 SÓ: 1,5</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>

Diétás étkezést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról érdeklődj a konyhai személyzetnél! A szükség szerinti étlap változásért előre is elnézést 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.