

Kecskemét

Margaréta Otthon Normál Étrend

2020. 03. 02.–2020. 03. 08.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Vaníliás tej
Foszlós kalács

Allergének:
1,3,6,7

EN:519
ZS: 13,7 TZS: 7,3 FH: 17,6
SZH: 81,9 CK: 31,6 SÓ: 0,8

Citromos tea
Körözött
Félbarna kenyér
Kaliforniai paprika

Allergének:
1,7

EN: 393
ZS: 7,0 TZS: 4,2 FH: 14,0
SZH: 67,6 CK: 11,6 SÓ: 2,1

Citromos tea
Natúr sajtkrém
Zsemle
Paradicsom

Allergének:
1,6,7

EN: 482
ZS: 11,7 TZS: 6,6 FH: 14,0
SZH: 77,5 CK: 10,4 SÓ: 1,7

Tej
Extra dzsem
Margarin
Zsúrkenyér

Allergének:
1,7

EN: 501
ZS: 9,6 TZS: 3,9 FH: 15,9
SZH: 81,3 CK: 40,7 SÓ: 1,9

Őszibarack tea
Főtt tojás
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3

EN: 418
ZS: 10,4 TZS: 1,5 FH: 14,2
SZH: 65,4 CK: 10,5 SÓ: 2,0

Citromos tea
Főtt krinolin
Mustár
Félbarna kenyér

Allergének:
1,10

EN: 611
ZS: 23,7 TZS: 7,0 FH: 23,0
SZH: 65,6 CK: 11,0 SÓ: 4,4

Tej
Foszlós kalács
Margarin

Allergének:
1,3,6,7

EN: 503
ZS: 17,7 TZS: 8,5 FH: 17,6
SZH: 68,9 CK: 18,7 SÓ: 1,0

TÍZÓRAI

Narancs

Allergének:

EN:33
ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,5
SZH: 6,8 CK: 6,8 SÓ: 0,0

Alma

Allergének:

EN: 25
ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,3
SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0,0

Babapiskóta

Allergének:
1,3

EN: 199
ZS: 2,2 TZS: 0,0 FH: 5,1
SZH: 48,4 CK: 25,5 SÓ: 0,1

Korpás pogácsa

Allergének:
1,3,6,7

EN:198
ZS: 8,9 TZS: 4,1 FH: 4,7
SZH: 24,1 CK: 3,8 SÓ: 1,1

Banán

Allergének:

EN:84
ZS: 0,2 TZS: 0,0 FH: 1,0
SZH: 19,4 CK: 19,4 SÓ: 0,1

Alma

Allergének:

EN:25
ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,3
SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0,0

Háztartási keksz

Allergének:
1,3,5,6,7,8,12

EN: 243
ZS: 3,7 TZS: 1,6 FH: 5,3
SZH: 45,6 CK: 11,0 SÓ: 0,5

EBÉD

Tojásleves
Lecsós pulykafalatok
Párolt rizs

Allergének:
1,3,6,7,9,10

EN:822
ZS: 28,5 TZS: 3,7 FH: 35,1
SZH:101,5 CK: 0,5 SÓ: 1,2

Csontleves
Fokhagymás csirkecsíkok
Majorannás burgonyafőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,6,7,9,10,12

EN: 891
ZS: 25,6 TZS: 5,4 FH: 40,4
SZH:119,9 CK: 4,5 SÓ: 2,8

Sertésragu leves
Túrós masni
Alma

Allergének:
1,3,6,7,9,10

EN: 927
ZS: 29,8 TZS: 9,3 FH: 46,3
SZH:118,2 CK: 29,4 SÓ: 1,5

Magyaros zellerleves
Szezámagos szárnyas vagdalt
Sárgaborsó főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,6,7,9,10

EN:889
ZS: 20,4 TZS: 2,8 FH: 48,2
SZH:121,3 CK: 1,6 SÓ: 2,7

Karfiolleves
Csirke nuggets
Burgonyapüré
Vegyes vágott savanyúság
édesítőszerrel
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,6,7,9,10,11,12

EN:876
ZS: 27,0 TZS: 4,5 FH: 34,8
SZH:119,3 CK: 8,7 SÓ: 3,2

Húsleves
Morzsás nudli
Extra dzsem

Allergének:
1,3,6,7,9,10,12

EN:807
ZS: 13,6 TZS: 1,6 FH: 24,0
SZH: 117,6 CK: 25,4 SÓ: 2,9

Csontleves
Sertéssült
Rizibizsi
Ecetes almapippa édesítőszerrel
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,6,7,9,10,12

EN: 840
ZS: 19,5 TZS: 4,6 FH: 43,6
SZH: 116,4 CK: 1,7 SÓ: 4,7

UZSONNA

Nápolyi

Allergének:
1,3,6

EN:205
ZS: 11,2 TZS: 6,8 FH: 2,5
SZH: 22,0 CK: 8,8 SÓ: 0,0

Háztartási keksz

Allergének:
1,3,5,6,7,8,12

EN: 243
ZS: 3,7 TZS: 1,6 FH: 5,3
SZH: 45,6 CK: 11,0 SÓ: 0,5

Tejszelet

Allergének:
1,3,5,6,7,8

EN: 111
ZS: 5,1 TZS: 2,8 FH: 1,4
SZH: 14,7 CK: 9,5 SÓ: 0,1

Alma

Allergének:

EN:25
ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,3
SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0,0

Nápolyi

Allergének:
1,3,6

EN:205
ZS: 11,2 TZS: 6,8 FH: 2,5
SZH: 22,0 CK: 8,8 SÓ: 0,0

Korpvit keksz

Allergének:
1,3,7,8,11

EN:270
ZS: 7,8 TZS: 3,0 FH: 6,3
SZH: 41,7 CK: 2,7 SÓ: 0,7

Túró desszert

Allergének:
5,6,7,8

EN: 82
ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH: 1,4
SZH: 9,0 CK: 7,9 SÓ: 0,0

VACSORA

Citromos tea
Bolognai rakott tészta

Allergének:
1,3,6,7,9,10

EN:811
ZS: 27,7 TZS: 10,2 FH: 33,9
SZH:102,6 CK: 26,3 SÓ: 1,3

Citromos tea
Trappista sajt
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,7

EN: 493
ZS: 16,7 TZS: 8,9 FH: 19,6
SZH: 62,2 CK: 10,5 SÓ: 2,5

Citromos tea
Csirkemell sonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,6,7

EN: 378
ZS: 6,2 TZS: 1,9 FH: 15,7
SZH: 62,0 CK: 10,5 SÓ: 2,6

Citromos tea
Borsos sertéstokány
Párolt rizs
Csalamádé

Allergének:
1

EN:746
ZS: 20,6 TZS: 4,5 FH: 30,7
SZH:105,3 CK: 14,4 SÓ: 0,9

Citromos tea
Gyümölcs joghurt
Teljes kiőrlésű kifli

Allergének:
1,6,7

EN:425
ZS: 5,6 TZS: 3,2 FH: 11,7
SZH: 78,7 CK: 28,6 SÓ: 1,6

Citromos tea
Tepertőkrém
Félbarna kenyér
Lilahagyma

Allergének:
1,10

EN:585
ZS: 28,6 TZS: 10,2 FH: 12,0
SZH: 64,8 CK: 10,6 SÓ: 1,7

Citromos tea
Császárszalonna
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1

EN: 424
ZS: 12,9 TZS: 5,1 FH: 11,4
SZH: 62,7 CK: 10,4 SÓ: 2,4

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyezéssel előfordulhatnak a következő allergének:
1. Glutén tartalmazó gabonafélék; 2. Rákkfélek; 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 étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért 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 étel fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



Kecskemét

Margaréta Otthon Normál Étrend

2020. 03. 09.–2020. 03. 15.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

<p>Tej Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN:590 ZS: 12,2 TZS: 6,3 FH: 19,0 SZH: 95,7 CK: 30,0 SÓ: 1,2</p>	<p>Citromos tea Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 424 ZS: 11,8 TZS: 3,3 FH: 14,4 SZH: 62,7 CK: 10,5 SÓ: 2,3</p>	<p>Őszibarack tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 494 ZS: 16,3 TZS: 1,7 FH: 20,7 SZH: 62,1 CK: 10,5 SÓ: 2,1</p>	<p>Tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 537 ZS: 9,4 TZS: 4,2 FH: 16,4 SZH: 92,2 CK: 38,6 SÓ: 2,1</p>	<p>Citromos tea Húspástétom Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 310 ZS: 1,6 TZS: 0,5 FH: 8,8 SZH: 62,2 CK: 10,4 SÓ: 1,6</p>	<p>Citromos tea Tojáslepény Félbarna kenyér Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 512 ZS: 10,7 TZS: 1,0 FH: 19,0 SZH: 82,5 CK: 10,7 SÓ: 2,5</p>	<p>Kakaós tej Foszlós kalács Margarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 534 ZS: 18,3 TZS: 9,0 FH: 19,3 SZH: 74,0 CK: 21,5 SÓ: 1,0</p>
--	--	---	---	---	--	--

TÍZÓRAI

<p>Korpotiv keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,11</p> <p>EN:270 ZS: 7,8 TZS: 3,0 FH: 6,3 SZH: 41,7 CK: 2,7 SÓ: 0,7</p>	<p>Sajtos pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 218 ZS: 11,0 TZS: 4,9 FH: 4,8 SZH: 24,1 CK: 3,8 SÓ: 1,1</p>	<p>Babapiskóta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 166 ZS: 2,2 TZS: 0,0 FH: 4,6 SZH: 41,6 CK: 18,7 SÓ: 0,1</p>	<p>Körte</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:42 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,3 SZH: 9,6 CK: 9,6 SÓ: 0,0</p>	<p>Mandarin Háztartási keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8,12</p> <p>EN:279 ZS: 3,7 TZS: 1,6 FH: 5,8 SZH: 53,4 CK: 18,9 SÓ: 0,5</p>	<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:25 ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,3 SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0,0</p>	<p>Narancs</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 33 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,5 SZH: 6,8 CK: 6,8 SÓ: 0,0</p>
---	--	---	---	---	--	--

EBÉD

<p>Erdőleves Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:729 ZS: 24,0 TZS: 5,9 FH: 39,3 SZH: 82,8 CK: 2,0 SÓ: 5,0</p>	<p>Alföldi tésztaleves Stroganoff szárnyas tokány Párolt rizs Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10</p> <p>EN: 880 ZS: 21,7 TZS: 4,8 FH: 34,6 SZH:130,3 CK: 2,0 SÓ: 2,3</p>	<p>Fejtett bableves Sajtos-tejfölös makaróni Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 837 ZS: 23,0 TZS: 10,5 FH: 34,5 SZH:124,8 CK: 6,8 SÓ: 2,1</p>	<p>Daragaluska leves Sertéspörkölt Kerti zöldségfőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:837 ZS: 20,7 TZS: 6,3 FH: 46,5 SZH:111,0 CK: 27,4 SÓ: 2,3</p>	<p>Paradicsomleves Panírozott halrúd Snidlinges burgonya Majonézos tavaszi saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9,10,12</p> <p>EN:901 ZS: 22,1 TZS: 3,4 FH: 40,1 SZH:134,0 CK: 24,6 SÓ: 2,7</p>	<p>Nyírségi gombóclevés Lekváros táska</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:814 ZS: 38,3 TZS: 17,1 FH: 26,2 SZH: 88,5 CK: 11,1 SÓ: 1,3</p>	<p>Húsleves Brassói csirke aprópecsenye Savanyú apró káposzta édesítőszerrel Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 844 ZS: 21,6 TZS: 3,8 FH: 45,6 SZH: 112,5 CK: 0,9 SÓ: 2,3</p>
---	--	--	--	---	--	---

UZSONNA

<p>Körte</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:42 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,3 SZH: 9,6 CK: 9,6 SÓ: 0,0</p>	<p>Banán</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 84 ZS: 0,2 TZS: 0,0 FH: 1,0 SZH: 19,4 CK: 19,4 SÓ: 0,1</p>	<p>Kivi</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 42 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,8 SZH: 9,0 CK: 9,0 SÓ: 0,0</p>	<p>Túró desszert</p> <p><u>Allergének:</u> 5,6,7,8</p> <p>EN:82 ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH: 1,4 SZH: 9,0 CK: 7,9 SÓ: 0,0</p>	<p>Babapiskóta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN:166 ZS: 2,2 TZS: 0,0 FH: 4,6 SZH: 41,6 CK: 18,7 SÓ: 0,1</p>	<p>Korpotiv keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,11</p> <p>EN:270 ZS: 7,8 TZS: 3,0 FH: 6,3 SZH: 41,7 CK: 2,7 SÓ: 0,7</p>	<p>Nápolyi</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6</p> <p>EN: 205 ZS: 11,2 TZS: 6,8 FH: 2,5 SZH: 22,0 CK: 8,8 SÓ: 0,0</p>
---	--	---	---	--	---	---

VACSORA

<p>Citromos tea Gránátos kocka Csemege uborka édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN:524 ZS: 5,7 TZS: 1,1 FH: 15,8 SZH:100,5 CK: 14,0 SÓ: 0,4</p>	<p>Citromos tea Natúr sajtkrém Félbarna kenyér Pritaminpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 423 ZS: 11,6 TZS: 6,4 FH: 12,0 SZH: 66,1 CK: 10,4 SÓ: 2,0</p>	<p>Citromos tea Csemege szalámi Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 463 ZS: 10,4 TZS: 4,0 FH: 13,8 SZH: 76,9 CK: 10,5 SÓ: 1,9</p>	<p>Citromos tea Bulguros bazsalikom csirke Ecetes almapaprika édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:568 ZS: 16,7 TZS: 2,4 FH: 31,8 SZH: 69,6 CK: 10,3 SÓ: 0,6</p>	<p>Citromos tea Margarin Zala felvágott Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:411 ZS: 8,7 TZS: 3,2 FH: 13,9 SZH: 66,3 CK: 10,5 SÓ: 2,7</p>	<p>Citromos tea Füstölt főtt tarja Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:493 ZS: 15,7 TZS: 6,1 FH: 22,2 SZH: 63,5 CK: 10,5 SÓ: 4,1</p>	<p>Épres tea Csirkemell sonka Margarin Fehér kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 384 ZS: 5,7 TZS: 1,8 FH: 17,8 SZH: 65,4 CK: 10,2 SÓ: 3,0</p>
--	---	--	---	--	--	---

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyezéssel 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 étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért 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 ételtek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



Kecskemét

Margaréta Otthon Normál Étrend

2020. 03. 16.–2020. 03. 22.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

<p>Citromos tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:398 ZS: 7,6 TZS: 4,4 FH: 14,7 SZH: 64,1 CK: 11,6 SÓ: 2,1</p>	<p>Tej Fatörzs kifli Margarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 488 ZS: 14,6 TZS: 6,6 FH: 17,3 SZH: 68,8 CK: 25,1 SÓ: 1,1</p>	<p>Citromos tea Tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,10</p> <p>EN: 443 ZS: 10,4 TZS: 1,9 FH: 19,3 SZH: 64,9 CK: 11,3 SÓ: 2,2</p>	<p>Tejeskávé Fonott kalács Margarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 493 ZS: 6,8 TZS: 3,8 FH: 18,1 SZH: 83,9 CK: 35,8 SÓ: 0,3</p>	<p>Erdei gyümölcsös tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 422 ZS: 11,0 TZS: 1,7 FH: 15,0 SZH: 62,5 CK: 10,5 SÓ: 1,9</p>	<p>Citromos tea Főtt virsli Mustár Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,10</p> <p>EN: 640 ZS: 26,5 TZS: 6,1 FH: 24,6 SZH: 62,7 CK: 11,0 SÓ: 5,0</p>	<p>Tej Briós Margarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 625 ZS: 16,2 TZS: 7,5 FH: 19,1 SZH: 95,8 CK: 30,1 SÓ: 1,4</p>
---	--	---	---	--	---	--

TÍZÓRAI

<p>Babapiskóta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 166 ZS: 2,2 TZS: 0,0 FH: 4,6 SZH: 41,6 CK: 18,7 SÓ: 0,1</p>	<p>Banán</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 84 ZS: 0,2 TZS: 0,0 FH: 1,0 SZH: 19,4 CK: 19,4 SÓ: 0,1</p>	<p>Korpás pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 198 ZS: 8,9 TZS: 4,1 FH: 4,7 SZH: 24,1 CK: 3,8 SÓ: 1,1</p>	<p>Korpotit keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,11</p> <p>EN:270 ZS: 7,8 TZS: 3,0 FH: 6,3 SZH: 41,7 CK: 2,7 SÓ: 0,7</p>	<p>Túró desszert</p> <p><u>Allergének:</u> 5,6,7,8</p> <p>EN:82 ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH: 1,4 SZH: 9,0 CK: 7,9 SÓ: 0,0</p>	<p>Nápolyi</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6</p> <p>EN:205 ZS: 11,2 TZS: 6,8 FH: 2,5 SZH: 22,0 CK: 8,8 SÓ: 0,0</p>	<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 25 ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,3 SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0,0</p>
---	--	---	---	---	--	---

EBÉD

<p>Zsúrmóka leves Főtt tojás Zöldborsófőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 966 ZS: 39,7 TZS: 9,6 FH: 36,9 SZH:112,5 CK: 20,0 SÓ: 2,7</p>	<p>Karalábéleves Csikós szárnyas tokány Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:824 ZS: 26,4 TZS: 5,3 FH: 34,6 SZH:107,0 CK: 1,9 SÓ: 1,1</p>	<p>Frankfurti leves Mákos tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 901 ZS: 37,9 TZS: 4,5 FH: 30,0 SZH:110,8 CK: 23,3 SÓ: 1,6</p>	<p>Zöldskórmleves leves gyöngy Hagymás csirkemáj Tört burgonya Csemege uborka édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN:832 ZS: 38,0 TZS: 8,1 FH: 33,7 SZH: 85,9 CK: 3,8 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcsleves Fűszeres csirkemell Snidlinges sajtmártás Karottás rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8,9,10,11</p> <p>EN:953 ZS: 27,1 TZS: 12,0 FH: 49,6 SZH:120,5 CK: 38,7 SÓ: 2,9</p>	<p>Sárgaborsó gulyásleves sertéshússal Sajtos pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:727 ZS: 30,0 TZS: 12,3 FH: 32,7 SZH: 77,6 CK: 8,0 SÓ: 3,2</p>	<p>Erőleves Mustáros sült tarja Snidlinges rizs Ecetes almapaprika édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 745 ZS: 20,0 TZS: 1,2 FH: 36,0 SZH: 97,6 CK: 1,3 SÓ: 3,5</p>
---	---	--	---	---	--	---

UZSONNA

<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:25 ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,3 SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0,0</p>	<p>Háztartási keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8,12</p> <p>EN: 243 ZS: 3,7 TZS: 1,6 FH: 5,3 SZH: 45,6 CK: 11,0 SÓ: 0,5</p>	<p>Körte</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 42 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,3 SZH: 9,6 CK: 9,6 SÓ: 0,0</p>	<p>Banán</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:84 ZS: 0,2 TZS: 0,0 FH: 1,0 SZH: 19,4 CK: 19,4 SÓ: 0,1</p>	<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:25 ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,3 SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0,0</p>	<p>Körte</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:42 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,3 SZH: 9,6 CK: 9,6 SÓ: 0,0</p>	<p>Korpotit keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,11</p> <p>EN: 270 ZS: 7,8 TZS: 3,0 FH: 6,3 SZH: 41,7 CK: 2,7 SÓ: 0,7</p>
--	---	--	---	--	---	--

VACSORA

<p>Citromos tea Csőben süt zöldségek sertéshússal Cékla saláta édesítőszerrel Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:792 ZS: 27,7 TZS: 8,7 FH: 43,8 SZH: 89,3 CK: 20,6 SÓ: 3,27</p>	<p>Citromos tea Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 396 ZS: 8,6 TZS: 3,2 FH: 13,0 SZH: 66,0 CK: 10,5 SÓ: 2,7</p>	<p>Citromos tea Reszelt sajt Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 488 ZS: 16,1 TZS: 8,7 FH: 18,7 SZH: 64,9 CK: 10,5 SÓ: 2,5</p>	<p>Citromos tea Cézár saláta pirított csirkemell csíkokkal Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN:379 ZS: 12,0 TZS: 3,3 FH: 17,4 SZH: 49,6 CK: 13,1 SÓ: 1,4</p>	<p>Citromos tea Füstölt főtt tarja Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN:537 ZS: 15,2 TZS: 6,2 FH: 22,9 SZH: 75,6 CK: 10,5 SÓ: 3,8</p>	<p>Citromos tea Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN:447 ZS: 12,6 TZS: 5,5 FH: 15,3 SZH: 64,9 CK: 10,4 SÓ: 2,2</p>	<p>Citromos tea Libaszír Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 506 ZS: 21,4 TZS: 6,5 FH: 9,0 SZH: 64,8 CK: 10,4 SÓ: 1,6</p>
--	---	--	---	--	---	--

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyezéssel 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. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj vizsgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért 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 étel fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



Kecskemét

Margaréta Otthon Normál Étrend

2020. 03. 23.–2020. 03. 29.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Kakaós tej
Nátúr vajkrém
Zsemle

Tej
Méz
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér

Citromos tea
Padlizsánkrém
Teljes kiőrlésű kenyér

Tej
Molnárika

Csipkebogyó tea
Csemege szalámi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Paradicsom

Citromos tea
Bundás kenyér

Tej
Foszlós kalács
Vaj

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1,7

Allergének:
1,3,10,12

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1,3

Allergének:
1,3,6,7

EN:611
ZS: 18,2 TZS: 11,2 FH: 20,7
SZH: 84,5 CK: 17,0 SÓ: 2,0

EN: 542
ZS: 10,0 TZS: 4,4 FH: 17,3
SZH: 89,5 CK: 38,6 SÓ: 2,1

EN: 404
ZS: 11,9 TZS: 2,1 FH: 8,7
SZH: 63,8 CK: 11,5 SÓ: 2,1

EN: 347
ZS: 9,9 TZS: 4,9 FH: 14,7
SZH: 46,0 CK: 16,4 SÓ: 0,9

EN: 401
ZS: 9,2 TZS: 3,4 FH: 13,9
SZH: 63,3 CK: 10,5 SÓ: 2,7

EN: 493
ZS: 18,6 TZS: 3,3 FH: 17,6
SZH: 64,0 CK: 10,1 SÓ: 2,4

EN: 613
ZS: 30,1 TZS: 19,5 FH: 17,6
SZH: 69,0 CK: 18,6 SÓ: 0,8

TÍZÓRAI

Alma

Sajtos rúd

Alma

Banán

Alma
Háztartási keksz

Körte

Tejszlet

Allergének:

Allergének:
1,6,7,11

Allergének:

Allergének:

Allergének:
1,3,5,6,7,8,12

Allergének:

Allergének:
1,3,5,6,7,8

EN:25
ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,3
SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0,0

EN: 230
ZS: 14,6 TZS: 6,4 FH: 3,4
SZH: 21,0 CK: 0,6 SÓ: 0,6

EN: 25
ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,3
SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0,0

EN:84
ZS: 0,2 TZS: 0,0 FH: 1,0
SZH: 19,4 CK: 19,4 SÓ: 0,1

EN:268
ZS: 4,0 TZS: 1,6 FH: 5,6
SZH: 51,2 CK: 16,6 SÓ: 0,5

EN:42
ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,3
SZH: 9,6 CK: 9,6 SÓ: 0,0

EN: 111
ZS: 5,1 TZS: 2,8 FH: 1,4
SZH: 14,7 CK: 9,5 SÓ: 0,1

EBÉD

Reszelt tésztaleves
Pritaminos szárnyas tokány
Petrezselymes bulgur
Félbarna kenyér

Magyaros karfiolleves
Húsgombóc
Paradicsommártás
Főtt burgonya

Pulyka becsinált leves
Káposztás kocka
Félbarna kenyér

Zöldeséges burgonyaleves
Borsos szárnyas tokány
Lencsefőzelék
Teljes őrlésű kenyér

Erőleves
Sajtos halporció
Burgonyapüré
Céklasaláta édesítőszerrel

Csirkemájgaluska leves
Darafelfújt
Gyümölcs öntet
Félbarna kenyér

Csontleves
Bakonyi sertésborda
Párolt rizs
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,6,7,9,10

Allergének:
1,3,6,7,9,10,12

Allergének:
1,3,7,9

Allergének:
1,3,6,7,9,10,12

Allergének:
1,3,4,6,7,9,10,12

Allergének:
1,3,6,7,9,10

Allergének:
1,3,6,7,9,10

EN:766
ZS: 19,8 TZS: 3,9 FH: 38,4
SZH:103,6 CK: 1,8 SÓ: 1,7

EN: 832
ZS: 23,7 TZS: 6,6 FH: 29,3
SZH:119,8 CK: 21,8 SÓ: 1,2

EN: 833
ZS: 17,6 TZS: 3,9 FH: 37,7
SZH:128,9 CK: 10,7 SÓ: 1,8

EN:796
ZS: 20,9 TZS: 4,2 FH: 50,6
SZH: 97,1 CK: 11,3 SÓ: 1,5

EN:726
ZS: 18,4 TZS: 7,2 FH: 44,3
SZH: 90,4 CK: 3,5 SÓ: 2,8

EN:858
ZS: 8,8 TZS: 3,6 FH: 34,9
SZH: 156,0 CK: 25,0 SÓ: 2,7

EN: 868
ZS: 19,7 TZS: 5,8 FH: 36,9
SZH: 130,0 CK: 2,0 SÓ: 2,0

UZSONNA

Müzli szelet

Banán

Tepertős pogácsa

Müzli szelet

Búzakorpás diákrúd

Babapiskóta

Alma

Allergének:
1,5,6,7,8,11,12

Allergének:

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,5,6,7,8,11,12

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1,3

Allergének:

EN:79
ZS: 1,4 TZS: 0,6 FH: 0,9
SZH: 15,2 CK: 7,0 SÓ: 0,0

EN: 84
ZS: 0,2 TZS: 0,0 FH: 1,0
SZH: 19,4 CK: 19,4 SÓ: 0,1

EN: 280
ZS: 12,2 TZS: 4,7 FH: 7,1
SZH: 34,0 CK: 1,5 SÓ: 0,1

EN:79
ZS: 1,4 TZS: 0,6 FH: 0,9
SZH: 15,2 CK: 7,0 SÓ: 0,0

EN:281
ZS: 2,4 TZS: 1,4 FH: 8,9
SZH: 54,0 CK: 2,1 SÓ: 1,5

EN:166
ZS: 2,2 TZS: 0,0 FH: 4,6
SZH: 41,6 CK: 18,7 SÓ: 0,1

EN: 25
ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,3
SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0,0

VACSORA

Citromos tea
Erdélyi rakott káposzta
Teljes kiőrlésű kenyér

Citromos tea
Zala felvágott
Margarin
Fehér kenyér

Citromos tea
Trappista sajt
Margarin
Zsemle
Paradicsom

Citromos tea
Bolognai makaróni
Reszelt sajttal

Citromos tea
Kockasajt
Kifli

Citromos tea
Füstölt főtt tarja
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Paradicsom

Epres tea
Tepertőkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,3,6,7,10,12

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1,3,6,7,9,10

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1

Allergének:
1,10

EN:912
ZS: 34,2 TZS: 12,4 FH: 39,3
SZH:105,1 CK: 16,2 SÓ: 2,2

EN: 405
ZS: 8,5 TZS: 3,3 FH: 16,0
SZH: 66,3 CK: 10,2 SÓ: 3,1

EN: 554
ZS: 16,4 TZS: 8,9 FH: 21,2
SZH: 77,1 CK: 10,5 SÓ: 2,2

EN:827
ZS: 29,5 TZS: 10,4 FH: 33,9
SZH:102,6 CK: 26,3 SÓ: 1,4

EN:367
ZS: 6,7 TZS: 4,0 FH: 12,6
SZH: 64,2 CK: 14,7 SÓ: 2,3

EN:446
ZS: 13,4 TZS: 4,8 FH: 14,7
SZH: 61,8 CK: 10,5 SÓ: 2,9

EN: 573
ZS: 27,5 TZS: 9,5 FH: 12,8
SZH: 63,0 CK: 10,4 SÓ: 1,8

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 étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért 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 ételtek fénypéces receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



Kecskemét

Margaréta Otthon Normál Étrend

2020. 03. 30.–2020. 04. 05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

<p>Tej Extra dzsem Margarin Zsúrkenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:501 ZS: 9,6 TZS: 3,9 FH: 15,9 SZH: 81,3 CK: 40,7 SÓ: 1,9</p>	<p>Citromos tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 392 ZS: 7,5 TZS: 4,4 FH: 14,4 SZH: 64,0 CK: 11,6 SÓ: 2,1</p>	<p>Tejeskávé Kuglóf Margarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 596 ZS: 17,2 TZS: 8,2 FH: 18,8 SZH: 86,9 CK: 37,9 SÓ: 1,6</p>	<p>Tej Natúr vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa karika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 616 ZS: 17,8 TZS: 10,9 FH: 20,3 SZH: 86,8 CK: 23,2 SÓ: 2,2</p>	<p>Epres tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 425 ZS: 11,0 TZS: 1,7 FH: 15,1 SZH: 63,1 CK: 10,5 SÓ: 1,9</p>	<p>Citromos tea Főtt virsli Mustár Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,10</p> <p>EN: 634 ZS: 25,9 TZS: 5,9 FH: 23,7 SZH: 65,4 CK: 11,0 SÓ: 5,0</p>	<p>Tej Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 644 ZS: 29,6 TZS: 19,2 FH: 18,8 SZH: 72,0 CK: 22,8 SÓ: 1,4</p>
---	---	---	--	--	--	--

TÍZÓRAI

<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:25 ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,3 SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0,0</p>	<p>Korpvit keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,11</p> <p>EN: 270 ZS: 7,8 TZS: 3,0 FH: 6,3 SZH: 41,7 CK: 2,7 SÓ: 0,7</p>	<p>Háztartási keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8,12</p> <p>EN: 243 ZS: 3,7 TZS: 1,6 FH: 5,3 SZH: 45,6 CK: 11,0 SÓ: 0,5</p>	<p>Babapiskóta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN:166 ZS: 2,2 TZS: 0,0 FH: 4,6 SZH: 41,6 CK: 18,7 SÓ: 0,1</p>	<p>Banán</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:84 ZS: 0,2 TZS: 0,0 FH: 1,0 SZH: 19,4 CK: 19,4 SÓ: 0,1</p>	<p>Nápolyi</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6</p> <p>EN:205 ZS: 11,2 TZS: 6,8 FH: 2,5 SZH: 22,0 CK: 8,8 SÓ: 0,0</p>	<p>Müzli szelet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8,11,12</p> <p>EN: 79 ZS: 1,4 TZS: 0,6 FH: 0,9 SZH: 15,2 CK: 7,0 SÓ: 0,0</p>
--	---	---	--	---	--	--

EBÉD

<p>Lebbencs leves Csirkepörkölt Tökfőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN:826 ZS: 22,2 TZS: 5,5 FH: 40,1 SZH:113,3 CK: 10,2 SÓ: 2,5</p>	<p>Húsgombóc leves Gránátos kocka Céklasaláta édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 789 ZS: 23,6 TZS: 6,6 FH: 32,4 SZH:110,2 CK: 8,1 SÓ: 1,9</p>	<p>Tojásleves Zöldborsós csirkeragu Petrezselymes rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 792 ZS: 28,0 TZS: 4,1 FH: 32,4 SZH: 99,6 CK: 0,3 SÓ: 1,2</p>	<p>Csontleves Szárnyas vagdalt Kelkáposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN:758 ZS: 21,6 TZS: 3,0 FH: 40,2 SZH: 95,8 CK: 1,8 SÓ: 2,8</p>	<p>Brokkoli krémleves leves gyöngy Fűszeres paradicsomos csirkemell Kukoricás rizs Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:892 ZS: 23,2 TZS: 5,5 FH: 42,5 SZH:124,1 CK: 6,8 SÓ: 3,5</p>	<p>Csókakói kolbászleves Szilvás gombóc Fahéjas szórát</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN:876 ZS: 19,0 TZS: 5,5 FH: 22,1 SZH: 144,2 CK: 45,0 SÓ: 2,3</p>	<p>Csontleves Zúzapörkölt Galuska Ecetes almapaprika édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 760 ZS: 22,9 TZS: 3,0 FH: 43,0 SZH: 91,0 CK: 1,8 SÓ: 2,4</p>
--	--	---	--	--	---	---

UZSONNA

<p>Háztartási keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8,12</p> <p>EN:243 ZS: 3,7 TZS: 1,6 FH: 5,3 SZH: 45,6 CK: 11,0 SÓ: 0,5</p>	<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 25 ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,3 SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0,0</p>	<p>Körte</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 42 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,3 SZH: 9,6 CK: 9,6 SÓ: 0,0</p>	<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:25 ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,3 SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0,0</p>	<p>Omlós keksz teljes kiőrlésű</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8</p> <p>EN:186 ZS: 7,0 TZS: 3,2 FH: 3,0 SZH: 26,7 CK: 7,0 SÓ: 0,2</p>	<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:25 ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,3 SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0,0</p>	<p>Babapiskóta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN:166 ZS: 2,2 TZS: 0,0 FH: 4,6 SZH: 41,6 CK: 18,7 SÓ: 0,1</p>
--	---	--	--	---	--	--

VACSORA

<p>Citromos tea Stefánia vagdalt Hagymás tört burgonya Párolt lila káposzta fél adag</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN:868 ZS: 42,7 TZS: 8,6 FH: 28,6 SZH: 88,8 CK: 14,1 SÓ: 1,2</p>	<p>Citromos tea Baromfi párizsi Reszelt sajt Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 545 ZS: 18,5 TZS: 9,1 FH: 25,0 SZH: 67,1 CK: 10,4 SÓ: 2,9</p>	<p>Citromos tea Paraszt kolbász Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 413 ZS: 11,7 TZS: 4,2 FH: 12,2 SZH: 62,3 CK: 10,5 SÓ: 2,4</p>	<p>Citromos tea Csikós sertéstokány Orsótészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:665 ZS: 16,8 TZS: 5,9 FH: 36,9 SZH: 88,9 CK: 15,6 SÓ: 0,6</p>	<p>Citromos tea Kifli Gyümölcs joghurt</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:510 ZS: 7,4 TZS: 4,5 FH: 14,8 SZH: 95,3 CK: 42,6 SÓ: 1,7</p>	<p>Citromos tea Edámi sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:478 ZS: 15,0 TZS: 8,1 FH: 19,8 SZH: 61,9 CK: 10,5 SÓ: 2,5</p>	<p>Citromos tea Füstölt főtt tarja Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 543 ZS: 15,2 TZS: 6,2 FH: 23,4 SZH: 76,4 CK: 10,5 SÓ: 3,8</p>
---	---	--	--	---	---	--

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyezéssel 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 étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétet 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 ételtek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

