

Debrecen

Debreceni Idősek Háza

2020. 03. 02.–2020. 03. 08.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

<p>Karamellás tej Foszlós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN:526 ZS: 13,7 TZS: 7,3 FH: 17,5 SZH: 83,8 CK: 33,6 SÓ: 0,8</p>	<p>Gyümölcs tea Körözött Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 385 ZS: 5,5 TZS: 2,7 FH: 14,8 SZH: 67,4 CK: 12,2 SÓ: 1,8</p>	<p>Gyümölcs tea Natúr sajtkrém Zsemle Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 481 ZS: 11,7 TZS: 6,6 FH: 14,1 SZH: 77,1 CK: 10,4 SÓ: 1,7</p>	<p>Tej Korpás pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 541 ZS: 22,2 TZS: 10,9 FH: 18,0 SZH: 62,0 CK: 21,3 SÓ: 2,6</p>	<p>Gyümölcs tea Főtt tojás Mini margarin Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 420 ZS: 10,4 TZS: 1,5 FH: 14,2 SZH: 65,8 CK: 10,5 SÓ: 1,9</p>	<p>Gyümölcs tea Kockasajt Mini margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 413 ZS: 10,9 TZS: 5,5 FH: 11,5 SZH: 66,6 CK: 12,6 SÓ: 2,6</p>	<p>Gyümölcs tea Májkrem Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 426 ZS: 12,0 TZS: 5,3 FH: 13,9 SZH: 64,3 CK: 10,4 SÓ: 2,2</p>
--	--	--	---	---	--	--

TÍZÓRAI

<p>Natúr vajkrém Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:255 ZS: 12,6 TZS: 7,6 FH: 5,0 SZH: 28,8 CK: 0,2 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcs</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>Gyümölcs</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 36 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,6 SZH: 7,8 CK: 7,8 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>Gyümölcslé 100 %-os</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:90 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,0 SZH: 22,0 CK: 22,0 SÓ: 0,0</p>	<p>Gyümölcs</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>Kefir</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 81 ZS: 4,5 TZS: 2,7 FH: 4,5 SZH: 5,7 CK: 5,7 SÓ: 0,0</p>
--	---	---	---	---	--	--

EBÉD

<p>Tojásleves Lecsós pulykafalatok Párolt rizs Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:952 ZS: 29,0 TZS: 3,9 FH: 38,9 SZH:128,5 CK: 0,7 SÓ: 2,0</p>	<p>Gyümölcsleves Fokhagymás csirkecsíkok Burgonyafőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 998 ZS: 19,9 TZS: 6,5 FH: 38,4 SZH:162,6 CK: 35,3 SÓ: 3,0</p>	<p>Sertésragu leves Túrós derelye Vaníliás tejföl Félbarna kenyér Gyümölcs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 1132 ZS: 20,3 TZS: 7,2 FH: 46,3 SZH:186,3 CK: 64,1 SÓ: 3,0</p>	<p>Zellerkrémleves Leves gyöngy Szárnyas vagdalt Sárgaborsó főzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:1067 ZS: 26,4 TZS: 8,2 FH: 51,5 SZH:150,1 CK: 3,1 SÓ: 3,6</p>	<p>Zöldbaleves Rántott csirkemáj Burgonyapüré Káposztasaláta Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN:857 ZS: 23,8 TZS: 4,5 FH: 39,0 SZH:121,0 CK: 14,4 SÓ: 2,2</p>	<p>Csirkegaluska leves Morzsás nudli Fahéjas szilvavelő</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN:782 ZS: 12,3 TZS: 1,4 FH: 29,8 SZH: 110,2 CK: 23,2 SÓ: 3,0</p>	<p>Csontleves Csirkepaprikás Galuska Cékjaláta édesítőszerrel Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 971 ZS: 19,5 TZS: 4,7 FH: 53,0 SZH: 143,5 CK: 6,4 SÓ: 3,6</p>
--	---	---	--	--	--	---

UZSONNA

<p>Gyümölcskompót</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:63 ZS: 0,2 TZS: 0,0 FH: 0,4 SZH: 15,1 CK: 15,0 SÓ: 0,0</p>	<p>Omlós keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8</p> <p>EN: 186 ZS: 6,7 TZS: 3,2 FH: 2,8 SZH: 28,0 CK: 8,5 SÓ: 0,2</p>	<p>Natúr joghurt</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 87 ZS: 4,5 TZS: 3,1 FH: 5,3 SZH: 6,5 CK: 6,1 SÓ: 0,2</p>	<p>Gyümölcs</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</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8</p> <p>EN:186 ZS: 6,7 TZS: 3,2 FH: 2,8 SZH: 28,0 CK: 8,5 SÓ: 0,2</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>Almás lepény</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 125 ZS: 1,5 TZS: 0,0 FH: 2,5 SZH: 24,5 CK: 0,0 SÓ: 0,0</p>
--	--	--	--	---	--	---

VACSORA

<p>Gyümölcs tea Sült csirkecomb filé Franciasaláta Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN:739 ZS: 30,5 TZS: 6,8 FH: 40,2 SZH: 71,8 CK: 18,9 SÓ: 2,0</p>	<p>Gyümölcs tea Paprikás szalámi Mini margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 407 ZS: 11,6 TZS: 3,8 FH: 10,8 SZH: 64,7 CK: 10,5 SÓ: 1,8</p>	<p>Gyümölcs tea Szendvics sonka Mini margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 391 ZS: 7,5 TZS: 2,9 FH: 13,7 SZH: 66,1 CK: 11,5 SÓ: 2,7</p>	<p>Gyümölcs tea Borsos szárnyas tokány Párolt rizs Vegyes vágott savanyúság édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:644 ZS: 13,3 TZS: 2,3 FH: 28,0 SZH:100,0 CK: 10,7 SÓ: 0,5</p>	<p>Gyümölcs tea Gyümölcs joghurt Kifli</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>Gyümölcs tea Húsos tepertőkrém Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10</p> <p>EN:595 ZS: 28,6 TZS: 10,2 FH: 12,2 SZH: 68,0 CK: 10,6 SÓ: 1,7</p>	<p>Gyümölcs tea Zala felvágott Mini margarin Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 404 ZS: 8,7 TZS: 3,2 FH: 13,5 SZH: 67,2 CK: 10,5 SÓ: 2,7</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 érdeklődj a 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 étel fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



Debrecen

Debreceni Idősek Háza

2020. 03. 09.–2020. 03. 15.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

<p>Kakaós tej Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN:621 ZS: 12,8 TZS: 6,8 FH: 20,7 SZH:100,8 CK: 32,8 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcs tea Baromfi párizsi Mini margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 419 ZS: 11,2 TZS: 3,1 FH: 13,5 SZH: 65,4 CK: 10,5 SÓ: 2,3</p>	<p>Gyümölcs tea Tojáskrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 389 ZS: 8,5 TZS: 1,2 FH: 11,0 SZH: 65,6 CK: 11,3 SÓ: 1,8</p>	<p>Tej Mini méz Mini 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>Gyümölcs tea Húskrém Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 463 ZS: 11,5 TZS: 1,4 FH: 12,2 SZH: 66,0 CK: 10,4 SÓ: 2,8</p>	<p>Gyümölcs tea Füstölt sajt Mini margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 472 ZS: 15,8 TZS: 7,9 FH: 16,5 SZH: 65,0 CK: 10,5 SÓ: 2,9</p>	<p>Gyümölcs 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>
---	--	--	---	--	---	--

TÍZÓRAI

<p>Korporvit 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>Gyümölcs</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>Omlós keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8</p> <p>EN: 186 ZS: 6,7 TZS: 3,2 FH: 2,8 SZH: 28,0 CK: 8,5 SÓ: 0,2</p>	<p>Mini margarin Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:173 ZS: 4,6 TZS: 1,3 FH: 4,3 SZH: 28,3 CK: 0,3 SÓ: 1,0</p>	<p>Sajtos rúd</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,10,11,12</p> <p>EN:141 ZS: 4,7 TZS: 1,8 FH: 4,7 SZH: 20,0 CK: 3,5 SÓ: 0,4</p>	<p>Gyümölcs</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>Korporvit 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>
--	---	--	---	---	--	---

EBÉD

<p>Erőleves Székelykáposzta Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:595 ZS: 22,9 TZS: 5,6 FH: 34,7 SZH: 58,5 CK: 1,8 SÓ: 4,2</p>	<p>Alföldi tésztaleves Stroganoff szárnyas tokány Párolt rizs Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10</p> <p>EN: 980 ZS: 21,7 TZS: 4,8 FH: 37,0 SZH:153,6 CK: 2,2 SÓ: 2,9</p>	<p>Fejtett bableves Aranygaluska Vaníliás öntet Félbarna kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,8,9,10</p> <p>EN: 903 ZS: 17,7 TZS: 5,1 FH: 25,0 SZH:158,5 CK: 42,5 SÓ: 2,8</p>	<p>Daragaluska leves Budapest csirkeragu Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:777 ZS: 21,6 TZS: 4,0 FH: 33,6 SZH:107,2 CK: 1,8 SÓ: 1,2</p>	<p>Paradicsomleves Rántott halfilé Burgonyapüré Tavaszi saláta Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9,10,12</p> <p>EN:957 ZS: 22,8 TZS: 3,8 FH: 41,2 SZH:142,8 CK: 30,5 SÓ: 2,2</p>	<p>Nyírségi gombóclevés Kakaós kalács Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:876 ZS: 20,0 TZS: 7,4 FH: 34,7 SZH: 136,1 CK: 10,7 SÓ: 2,4</p>	<p>Húsleves cérnametélttel Csülökpörkölt Főtt burgonya Savanyú apró káposzta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 793 ZS: 37,1 TZS: 11,3 FH: 35,8 SZH: 74,6 CK: 1,1 SÓ: 1,1</p>
---	--	--	--	--	---	---

UZSONNA

<p>Ráma mini margarin Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:173 ZS: 4,6 TZS: 1,3 FH: 4,3 SZH: 28,3 CK: 0,3 SÓ: 1,0</p>	<p>Apró pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 437 ZS: 22,0 TZS: 9,9 FH: 9,5 SZH: 48,3 CK: 7,7 SÓ: 2,3</p>	<p>Gyümölcs joghurt</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 115 ZS: 3,4 TZS: 2,3 FH: 3,3 SZH: 17,5 CK: 15,0 SÓ: 0,1</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>Gyümölcs</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>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>	<p>Linzer koszorú</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 136 ZS: 6,7 TZS: 3,7 FH: 1,4 SZH: 17,4 CK: 9,6 SÓ: 0,1</p>
--	--	--	---	--	---	---

VACSORA

<p>Gyümölcs tea Langaló</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:905 ZS: 35,7 TZS: 13,4 FH: 31,1 SZH:113,0 CK: 15,7 SÓ: 1,9</p>	<p>Gyümölcs tea Natúr sajtkrém Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 423 ZS: 11,5 TZS: 6,4 FH: 12,1 SZH: 66,1 CK: 10,4 SÓ: 2,0</p>	<p>Gyümölcs tea Csemege szalámi Mini margarin Rozsos zsemle Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 445 ZS: 12,1 TZS: 5,0 FH: 12,9 SZH: 69,5 CK: 17,6 SÓ: 1,5</p>	<p>Gyümölcs tea Bazsalikomos csirkeragu Bulgur Csemege uborka édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:559 ZS: 12,6 TZS: 1,4 FH: 36,0 SZH: 72,4 CK: 11,2 SÓ: 2,3</p>	<p>Gyümölcs tea Kenőmájás Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN:426 ZS: 12,0 TZS: 5,3 FH: 13,9 SZH: 64,3 CK: 10,4 SÓ: 2,2</p>	<p>Gyümölcs tea Olasz felvágott Vaj Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:548 ZS: 25,4 TZS: 15,7 FH: 12,9 SZH: 66,6 CK: 10,7 SÓ: 2,6</p>	<p>Gyümölcs tea Nyári turista Mini margarin Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 404 ZS: 9,7 TZS: 1,7 FH: 12,3 SZH: 65,6 CK: 10,5 SÓ: 2,2</p>
--	---	--	---	---	--	---

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyezéssel 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. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj 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.



Debrecen

Debreceni Idősek Háza

2020. 03. 16.–2020. 03. 22.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

<p>Tej Ízes bukta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN:514 ZS: 10,9 SZH: 85,5</p> <p>TZS: 6,0 CK: 37,8</p> <p>PH: 15,7 SÓ: 0,9</p>	<p>Gyümölcs tea Póréhagymás körözött Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 375 ZS: 5,3 SZH: 66,0</p> <p>TZS: 2,6 CK: 12,1</p> <p>PH: 14,3 SÓ: 1,8</p>	<p>Gyümölcs tea Sonkakrém Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 445 ZS: 8,0 SZH: 65,8</p> <p>TZS: 2,4 CK: 10,6</p> <p>PH: 11,9 SÓ: 2,2</p>	<p>Tejeskávé Foszlós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 530 ZS: 13,7 SZH: 83,8</p> <p>TZS: 7,3 CK: 33,6</p> <p>PH: 17,5 SÓ: 0,8</p>	<p>Gyümölcs tea Bundás kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 493 ZS: 18,6 SZH: 64,0</p> <p>TZS: 3,3 CK: 10,1</p> <p>PH: 17,6 SÓ: 2,4</p>	<p>Gyümölcs tea Húskrém Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 445 ZS: 8,0 SZH: 65,8</p> <p>TZS: 2,4 CK: 10,6</p> <p>PH: 11,9 SÓ: 2,2</p>	<p>Gyümölcs tea Baromfi párizsi Mini margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 419 ZS: 11,2 SZH: 65,4</p> <p>TZS: 3,1 CK: 10,5</p> <p>PH: 13,5 SÓ: 2,3</p>
---	--	---	--	--	---	--

TÍZÓRAI

<p>Sós kréker keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,11</p> <p>EN:270 ZS: 7,8 SZH: 41,7</p> <p>TZS: 3,0 CK: 2,7</p> <p>PH: 6,3 SÓ: 0,7</p>	<p>Omlós keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8</p> <p>EN: 186 ZS: 6,7 SZH: 28,0</p> <p>TZS: 3,2 CK: 8,5</p> <p>PH: 2,8 SÓ: 0,2</p>	<p>Natúr joghurt</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 87 ZS: 4,5 SZH: 6,5</p> <p>TZS: 3,1 CK: 6,1</p> <p>PH: 5,3 SÓ: 0,2</p>	<p>Libaszír Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:321 ZS: 20,3 SZH: 30,3</p> <p>TZS: 8,3 CK: 0,2</p> <p>PH: 4,3 SÓ: 0,8</p>	<p>Túró desszert</p> <p><u>Allergének:</u> 5,6,7,8</p> <p>EN:82 ZS: 4,4 SZH: 9,0</p> <p>TZS: 3,4 CK: 7,9</p> <p>PH: 1,4 SÓ: 0,0</p>	<p>Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN:222 ZS: 3,8 SZH: 40,9</p> <p>TZS: 1,8 CK: 8,1</p> <p>PH: 5,1 SÓ: 0,5</p>	<p>Korpvit keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,11</p> <p>EN: 270 ZS: 7,8 SZH: 41,7</p> <p>TZS: 3,0 CK: 2,7</p> <p>PH: 6,3 SÓ: 0,7</p>
---	--	--	---	---	---	---

EBÉD

<p>Köménymagleves Pírtott kenyér kocka Erdélyi rakott káposzta Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:679 ZS: 31,2 SZH: 72,3</p> <p>TZS: 9,6 CK: 1,7</p> <p>PH: 24,2 SÓ: 3,6</p>	<p>Sertésbecsínált leves Mákos tészta Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 1123 ZS: 29,3 SZH: 165,3</p> <p>TZS: 6,8 CK: 25,4</p> <p>PH: 44,4 SÓ: 2,2</p>	<p>Karalábéleves Mexikói pulykatokány Petrezselymes rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 779 ZS: 21,5 SZH: 110,4</p> <p>TZS: 2,5 CK: 1,4</p> <p>PH: 31,6 SÓ: 0,9</p>	<p>Zöldségleves eperlevéllel Majorannás csirkemáj Tört burgonya Csemege uborka édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN:826 ZS: 32,9 SZH: 88,5</p> <p>TZS: 7,6 CK: 12,9</p> <p>PH: 37,4 SÓ: 3,1</p>	<p>Fahéjas szilvaleves Csirkemell szelet vajas mártással Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:1045 ZS: 25,8 SZH: 156,9</p> <p>TZS: 7,8 CK: 56,2</p> <p>PH: 42,3 SÓ: 0,7</p>	<p>Sárgaborsó gulyásleves sertéshússal Almás rétes Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:883 ZS: 23,0 SZH: 128,7</p> <p>TZS: 9,6 CK: 7,5</p> <p>PH: 36,8 SÓ: 3,1</p>	<p>Erőleves Mustáros sertésszelet Főtt burgonya Házi vegyes saláta Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 868 ZS: 18,3 SZH: 127,2</p> <p>TZS: 4,3 CK: 4,2</p> <p>PH: 41,9 SÓ: 3,2</p>
--	---	--	---	--	---	---

UZSONNA

<p>Gyümölcs</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:25 ZS: 0,3 SZH: 5,6</p> <p>TZS: 0,0 CK: 5,6</p> <p>PH: 0,3 SÓ: 0,0</p>	<p>Gyümölcs</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 36 ZS: 0,0 SZH: 7,8</p> <p>TZS: 0,0 CK: 7,8</p> <p>PH: 0,6 SÓ: 0,0</p>	<p>Pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 218 ZS: 11,0 SZH: 24,1</p> <p>TZS: 4,9 CK: 3,8</p> <p>PH: 4,8 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcs</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:42 ZS: 0,0 SZH: 9,6</p> <p>TZS: 0,0 CK: 9,6</p> <p>PH: 0,3 SÓ: 0,0</p>	<p>Gyümölcs</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:25 ZS: 0,3 SZH: 5,6</p> <p>TZS: 0,0 CK: 5,6</p> <p>PH: 0,3 SÓ: 0,0</p>	<p>Gyümölcslé 100%-os</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:110 ZS: 0,0 SZH: 26,0</p> <p>TZS: 0,0 CK: 26,0</p> <p>PH: 0,0 SÓ: 0,0</p>	<p>Piskóta tekercs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 125 ZS: 1,5 SZH: 24,5</p> <p>TZS: 0,0 CK: 0,0</p> <p>PH: 2,5 SÓ: 0,0</p>
--	---	---	--	--	---	--

VACSORA

<p>Gyümölcs tea Csirke aprópecsenye Burgonyafőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN:783 ZS: 14,3 SZH: 123,6</p> <p>TZS: 4,4 CK: 13,1</p> <p>PH: 36,9 SÓ: 2,3</p>	<p>Gyümölcs tea Olasz felvágott Mini margarin Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 437 ZS: 13,0 SZH: 66,6</p> <p>TZS: 4,7 CK: 10,8</p> <p>PH: 12,9 SÓ: 2,7</p>	<p>Gyümölcs tea Trappista sajt Mini margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 488 ZS: 16,1 SZH: 64,9</p> <p>TZS: 8,7 CK: 10,5</p> <p>PH: 18,7 SÓ: 2,5</p>	<p>Gyümölcs tea Zala felvágott Sertés vagdalt Zöldbabfőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:708 ZS: 29,2 SZH: 86,3</p> <p>TZS: 9,6 CK: 18,2</p> <p>PH: 26,9 SÓ: 2,1</p>	<p>Gyümölcs tea Zala felvágott Mini margarin Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:404 ZS: 8,7 SZH: 67,2</p> <p>TZS: 3,2 CK: 10,5</p> <p>PH: 13,5 SÓ: 2,7</p>	<p>Gyümölcs tea Túrókrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:364 ZS: 4,6 SZH: 66,1</p> <p>TZS: 1,9 CK: 10,8</p> <p>PH: 13,5 SÓ: 1,9</p>	<p>Gyümölcs tea Disznósajt Félbarna kenyér Zöldség</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 419 ZS: 10,5 SZH: 65,7</p> <p>TZS: 4,1 CK: 10,5</p> <p>PH: 13,4 SÓ: 2,7</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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételk allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézéstet 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 ételk fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



Debrecen

Debreceni Idősek Háza

2020. 03. 23.–2020. 03. 29.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Kakaós tej
Natúr vajkrém
Zsemle

Allergének:
1,6,7

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

Gyümölcs tea
Trappista sajt
Mini margarin
Félbarna kenyér
Zöldség

Allergének:
1,7

EN: 496
ZS: 16,2 TZS: 8,7 FH: 19,2
SZH: 66,1 CK: 10,5 SÓ: 2,5

Gyümölcs tea
Padlizsánkrém
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,10,12

EN: 399
ZS: 11,3 TZS: 1,9 FH: 7,8
SZH: 66,5 CK: 11,5 SÓ: 2,1

Tej
Pacsní

Allergének:
1,3,6,7

EN: 497
ZS: 14,3 TZS: 7,7 FH: 16,5
SZH: 70,4 CK: 22,3 SÓ: 0,8

Gyümölcs tea
Tojáskrém
Félbarna kenyér
Zöldség

Allergének:
1,3,7,10

EN: 397
ZS: 8,6 TZS: 1,2 FH: 11,5
SZH: 66,8 CK: 11,3 SÓ: 1,8

Gyümölcs tea
Natúr sajtkrém
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN: 415
ZS: 11,4 TZS: 6,4 FH: 11,6
SZH: 64,9 CK: 10,4 SÓ: 2,0

Gyümölcs tea
Kenőmájás
Félbarna kenyér
Zöldség

Allergének:
1,6

EN: 434
ZS: 12,1 TZS: 5,3 FH: 14,4
SZH: 65,5 CK: 10,4 SÓ: 2,2

TÍZÓRAI

Gyümölcs

Allergének:

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

Mini méz
Zsemle

Allergének:
1,6

EN: 220
ZS: 0,5 TZS: 0,3 FH: 4,8
SZH: 47,7 CK: 15,4 SÓ: 0,6

Gyümölcs joghurt

Allergének:
7

EN: 115
ZS: 3,4 TZS: 2,3 FH: 3,3
SZH: 17,5 CK: 15,0 SÓ: 0,1

Körözött
Félbarna kenyér
Zöldség

Allergének:
1,7

EN:215
ZS: 5,1 TZS: 2,6 FH: 11,0
SZH: 30,2 CK: 2,0 SÓ: 1,0

Gyümölcs

Allergének:

EN:42
ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,8
SZH: 9,0 CK: 9,0 SÓ: 0,0

Gyümölcs

Allergének:

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

Ráma margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1

EN: 165
ZS: 4,4 TZS: 1,3 FH: 3,8
SZH: 27,1 CK: 0,3 SÓ: 1,0

EBÉD

Reszelt tésztaleves
Pritaminos szárnyas tokány
Bulgur

Allergének:
1,3,6,7,9,10

EN:629
ZS: 18,6 TZS: 3,7 FH: 34,7
SZH: 76,8 CK: 1,7 SÓ: 1,1

Tejfőles karfiollevés
Húsgombóc
Paradicsommártás
Főtt burgonya
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,6,7,9,10,12

EN: 1108
ZS: 27,4 TZS: 8,9 FH: 36,6
SZH: 172,1 CK: 23,0 SÓ: 2,8

Tárkonyos pulykaragu leves
Káposztás kocka
Félbarna kenyér
Gyümölcs

Allergének:
1,3,6,7,9,10

EN: 956
ZS: 23,9 TZS: 4,9 FH: 39,6
SZH: 142,7 CK: 17,2 SÓ: 1,9

Magyaros burgonyaleves
Borsos szárnyas tokány
Lencsefőzelék
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,6,7,9,10,12

EN:965
ZS: 20,6 TZS: 4,8 FH: 55,7
SZH: 134,8 CK: 11,8 SÓ: 2,4

Meggyleves
Harcspaprikás
Galuska
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,4,6,7,9,10

EN:1020
ZS: 19,8 TZS: 6,6 FH: 41,2
SZH: 167,5 CK: 33,6 SÓ: 2,6

Csirkemájgaluska leves
Darafeljút
Gyümölcs öntet
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,6,7,9,10

EN:1126
ZS: 14,5 TZS: 6,3 FH: 44,0
SZH: 198,5 CK: 56,1 SÓ: 3,0

Csontleves
Bakonyi csirke tokány
Párolt rizs
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,6,7,9,10

EN: 944
ZS: 13,4 TZS: 2,9 FH: 43,4
SZH: 157,1 CK: 1,5 SÓ: 2,7

UZSONNA

Müzli szelet

Allergének:
1,5,6,7,8,11,12

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

Gyümölcs

Allergének:

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

Apró pogácsa

Allergének:
1,3,6,7

EN: 218
ZS: 11,0 TZS: 4,9 FH: 4,8
SZH: 24,1 CK: 3,8 SÓ: 1,1

Gyümölcs

Allergének:

EN:36
ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,6
SZH: 7,8 CK: 7,8 SÓ: 0,0

Csokoládés puding

Allergének:
1,7

EN:201
ZS: 4,8 TZS: 3,2 FH: 4,4
SZH: 34,0 CK: 26,0 SÓ: 0,2

Kefir

Allergének:
7

EN:81
ZS: 4,5 TZS: 2,7 FH: 4,5
SZH: 5,7 CK: 5,7 SÓ: 0,0

Kókusz tekercs

Allergének:
1

EN: 136
ZS: 4,9 TZS: 0,0 FH: 2,5
SZH: 19,4 CK: 0,0 SÓ: 0,0

VACSORA

Gyümölcs tea
Rakott burgonya virslivel
Céklasaláta édesítőszerrel
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,6,7,12

EN:704
ZS: 24,3 TZS: 8,1 FH: 25,1
SZH: 95,0 CK: 16,0 SÓ: 3,4

Gyümölcs tea
Paraszt kolbász
Mini margarin
Félbarna kenyér
Zöldség

Allergének:
1

EN: 411
ZS: 11,2 TZS: 4,0 FH: 11,4
SZH: 65,5 CK: 10,5 SÓ: 2,4

Gyümölcs tea
Zala felvágott
Mini margarin
Félbarna kenyér
Zöldség

Allergének:
1,6,7

EN: 404
ZS: 8,7 TZS: 3,2 FH: 13,5
SZH: 67,2 CK: 10,5 SÓ: 2,7

Gyümölcs tea
Bolognai spagetti

Allergének:
1,3,6,7,9,10

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

Gyümölcs tea
Kockasajt
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN:377
ZS: 6,9 TZS: 4,3 FH: 11,4
SZH: 66,5 CK: 12,5 SÓ: 2,5

Gyümölcs tea
Füstölt főtt tarja
Mini margarin
Félbarna kenyér
Zöldség

Allergének:
1

EN:451
ZS: 12,8 TZS: 4,6 FH: 13,9
SZH: 67,7 CK: 10,5 SÓ: 2,9

Gyümölcs tea
Soproni felvágott
Mini margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,6,7

EN: 440
ZS: 14,1 TZS: 5,2 FH: 12,4
SZH: 65,4 CK: 10,8 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. 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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést 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 ételtek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



Debrecen

Debreceni Idősek Háza

2020. 03. 30.–2020. 04. 05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tej
Mini dzsem
Mini margarin
Félbarna kenyérAllergének:
1,7EN:513
ZS: 9,5 TZS: 4,2 FH: 16,4
SZH: 85,3 CK: 29,6 SÓ: 2,1Gyümölcs tea
Körözött
Félbarna kenyérAllergének:
1,7EN: 377
ZS: 5,4 TZS: 2,7 FH: 14,3
SZH: 66,2 CK: 12,2 SÓ: 1,8Tejeskávé
KuglófAllergének:
1,3,6,7EN: 561
ZS: 13,2 TZS: 7,0 FH: 18,7
SZH: 86,8 CK: 37,8 SÓ: 1,4Gyümölcs tea
Natúr sajtkrém
Hosszú zsemle
ZöldpségAllergének:
1,6,7EN: 502
ZS: 11,8 TZS: 6,8 FH: 14,9
SZH: 81,2 CK: 19,3 SÓ: 1,8Gyümölcs tea
Főtt tojás
Mini margarin
Félbarna kenyér
ZöldségAllergének:
1,3EN: 420
ZS: 10,4 TZS: 1,5 FH: 14,2
SZH: 65,8 CK: 10,5 SÓ: 1,9Gyümölcs tea
Főtt virsli
Mustár
Félbarna kenyérAllergének:
1,6,7,10EN: 634
ZS: 25,9 TZS: 5,9 FH: 23,7
SZH: 65,4 CK: 11,0 SÓ: 5,0Gyümölcs tea
Álom sonka
Mini margarin
Félbarna kenyér
ZöldségAllergének:
1,6,7EN: 400
ZS: 7,6 TZS: 2,9 FH: 14,2
SZH: 67,3 CK: 11,5 SÓ: 2,7

TÍZÓRAI

Gyümölcs

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

Gyümölcs

Allergének:EN: 42
ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,3
SZH: 9,6 CK: 9,6 SÓ: 0,0Ráma mini margarin
Félbarna kenyérAllergének:
1EN: 165
ZS: 4,4 TZS: 1,3 FH: 3,8
SZH: 27,1 CK: 0,3 SÓ: 1,0

Piskóta szelet

Allergének:
1,3EN:125
ZS: 1,5 TZS: 0,0 FH: 2,5
SZH: 24,5 CK: 0,0 SÓ: 0,0

Gyümölcslé 100%-os

Allergének:EN:110
ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,0
SZH: 26,0 CK: 26,0 SÓ: 0,0

Gyümölcs

Allergének:EN:36
ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,6
SZH: 7,8 CK: 7,8 SÓ: 0,0

Müzi szelet

Allergének:
1,5,6,7,8,11,12EN: 79
ZS: 1,4 TZS: 0,6 FH: 0,9
SZH: 15,2 CK: 7,0 SÓ: 0,0

EBÉD

Lebbencsleves
Csirkepörkölt
Tökfőzelék
Félbarna kenyérAllergének:
1,3,6,7,9,10,12EN:826
ZS: 22,2 TZS: 5,5 FH: 40,1
SZH:113,3 CK: 10,2 SÓ: 2,5Húsgombóc leves sertéshússal
Gránátos kocka
Céklasaláta édesítőszerrel
Félbarna kenyérAllergének:
1,3,6,7,9,10,12EN: 919
ZS: 24,0 TZS: 6,8 FH: 36,1
SZH:137,2 CK: 8,3 SÓ: 2,7Tojásleves
Bolognai makaróni
GyümölcsAllergének:
1,3,6,7,9,10EN: 948
ZS: 39,9 TZS: 12,0 FH: 38,7
SZH:105,0 CK: 22,1 SÓ: 1,9Csontleves
Szárnyas vagdalt
Kelkáposzta főzelék
Félbarna kenyérAllergének:
1,3,6,7,9,10,12EN:859
ZS: 21,6 TZS: 3,0 FH: 42,7
SZH:119,0 CK: 1,9 SÓ: 3,4Brokkoli krémleves
Pirított tökmag
Fűszeres paradicsomos csirkemell
Párolt rizsAllergének:
1,3,6,7,9,10EN:854
ZS: 31,1 TZS: 5,2 FH: 44,8
SZH: 94,1 CK: 6,1 SÓ: 1,8Hutai gazdagleves
Túrós csuszaAllergének:
1,3,7,9,10EN:897
ZS: 33,1 TZS: 12,4 FH: 49,8
SZH: 95,6 CK: 8,4 SÓ: 1,1Fahéjas almaleves
Rántott sertéskaraj
Burgonyapüré
Csemege uborka édesítőszerrelAllergének:
1,3,7,10,12EN: 822
ZS: 25,7 TZS: 7,7 FH: 37,3
SZH: 106,3 CK: 29,4 SÓ: 2,8

UZSONNA

Sós keksz

Allergének:
1,3,7,8,11EN:270
ZS: 7,8 TZS: 3,0 FH: 6,3
SZH: 41,7 CK: 2,7 SÓ: 0,7

Korpvit keksz

Allergének:
1,3,7,8,11EN: 270
ZS: 7,8 TZS: 3,0 FH: 6,3
SZH: 41,7 CK: 2,7 SÓ: 0,7

Omlós keksz

Allergének:
1,3,5,6,7,8EN: 186
ZS: 6,7 TZS: 3,2 FH: 2,8
SZH: 28,0 CK: 8,5 SÓ: 0,2

Gyümölcs

Allergének:EN:25
ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,3
SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0,0Mini margarin
Félbarna kenyér
ZöldpaprikaAllergének:
1EN:173
ZS: 4,6 TZS: 1,3 FH: 4,3
SZH: 28,3 CK: 0,3 SÓ: 1,0

Gyümölcs

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

Kráter szelet

Allergének:
1,3EN: 125
ZS: 1,5 TZS: 0,0 FH: 2,5
SZH: 24,5 CK: 0,0 SÓ: 0,0

VACSORA

Gyümölcs tea
Sült hurka
Hagymás tört burgonya
Párolt káposzta fél adagAllergének:
12EN:794
ZS: 39,7 TZS: 8,7 FH: 24,6
SZH: 82,6 CK: 13,4 SÓ: 3,0Gyümölcs tea
Húskrém
Félbarna kenyér
ZöldségAllergének:
1,6,7EN: 445
ZS: 8,0 TZS: 2,4 FH: 11,9
SZH: 65,8 CK: 10,6 SÓ: 2,2Gyümölcs tea
Paprikás szalámi
Mini margarin
Félbarna kenyér
ZöldségAllergének:
1EN: 415
ZS: 11,7 TZS: 3,8 FH: 11,3
SZH: 65,9 CK: 10,5 SÓ: 1,8Gyümölcs tea
Csikós szárnyas tokány
Szarvacska tésztaAllergének:
1,3,7EN:712
ZS: 19,4 TZS: 4,7 FH: 37,9
SZH: 93,7 CK: 15,6 SÓ: 0,6Gyümölcs joghurt
KifliAllergének:
1,6,7EN:470
ZS: 7,4 TZS: 4,5 FH: 14,8
SZH: 85,2 CK: 32,6 SÓ: 1,7Gyümölcs tea
Olasz felvágott
Mini margarin
Félbarna kenyérAllergének:
1,6,7EN:437
ZS: 13,0 TZS: 4,7 FH: 12,9
SZH: 66,6 CK: 10,8 SÓ: 2,7Gyümölcs tea
Trappista sajt
Mini margarin
Félbarna kenyér
ZöldségAllergének:
1,7EN: 488
ZS: 16,1 TZS: 8,7 FH: 18,7
SZH: 64,9 CK: 10,5 SÓ: 2,5

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel 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 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 étel fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.