

DUNAÚJVÁROS

Szociális

2020.03.30.-2020.04.05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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, 6, 7, 9, 10, 12

EN: 726
ZS: 21,9 TZS: 3,9 FH: 36,1
SZH: 90,7 CK: 11,9 SÓ: 3,8

Húsgombóc leves
Burgonyás tészta
Céklasaláta

Allergének:
1, 3, 6, 7, 9, 10, 12

EN: 815
ZS: 22,9 TZS: 6,3 FH: 31,7
SZH: 114,9 CK: 11,3 SÓ: 3,4

Tojásleves
Zöldborsós szárnyas ragu
Petrezselymes rizs
Alma

Allergének:
1, 3, 10

EN: 734
ZS: 18,4 TZS: 3,6 FH: 35,6
SZH: 101 CK: 7,9 SÓ: 3,3

Vajas galuska leves
Szárnyas vagdalt
Kelkáposzta főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1, 3, 6, 7, 9, 10, 12

EN: 744
ZS: 19,8 TZS: 4,8 FH: 38,2
SZH: 97 CK: 3,6 SÓ: 3,9

Brokkoli krémleves
Fűszeres paradicsomos
csirkemell*
Kukoricás rizs

Allergének:
1, 3, 6, 7, 9, 10

EN: 700
ZS: 15,7 TZS: 1,3 FH: 37,8
SZH: 97,9 CK: 6,7 SÓ: 3

Hutai gazdag leves
Szilvástőltelikes
gombóc
Fahéjas szórat

Allergének:
1, 3, 7, 9, 10

EN: 886
ZS: 21,8 TZS: 7,1 FH: 35,3
SZH: 127,6 CK: 45,8 SÓ: 3,6

Kertészleves
Zúzapörkölt
Galuska
Ecetes alma paprika

Allergének:
1, 3, 9, 10

EN: 705
ZS: 17,7 TZS: 2,6 FH: 35,4
SZH: 92,9 CK: 7,4 SÓ: 4,1

VACSORA

Stefánia vagdalt
Hagymás törtburgonya
Csemege ízesítésű uborka

Allergének:
1, 3, 6, 10, 12

EN: 614
ZS: 25,6 TZS: 7,5 FH: 23,9
SZH: 63,3 CK: 2,3 SÓ: 3,9

Sült csirkecomb
Csóban sült karfiol
Félbarna kenyér

Allergének:
1, 3, 7

EN: 672
ZS: 24,2 TZS: 7,9 FH: 42,5
SZH: 69,8 CK: 8,6 SÓ: 3,5

Túrógombóc
Vaníliás tejföllel

Allergének:
1, 7

EN: 509
ZS: 20,6 TZS: 9,7 FH: 21,2
SZH: 57,5 CK: 23,7 SÓ: 0,5

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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 munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kkal/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.

DUNAÚJVÁROS

Szociális

2020.04.06.-2020.04.12.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Magyaros zellerleves
Pulykapörkölt
Zöldbabfőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1, 3, 7, 9, 10

EN: 802
ZS: 32,7 TZS: 3,7 FH: 39,9
SZH: 78,2 CK: 3,9 SÓ: 4,1

Bableves
Aranygaluska
Vaníliás öntet
Alma

Allergének:
1, 3, 7, 8, 10

EN: 853
ZS: 25,7 TZS: 6,2 FH: 31,5
SZH: 121,7 CK: 34,7 SÓ: 2,3

Daragaluska leves
Paprikás burgonya
Káposztasaláta
Teljes kiőrlésű kenyér
Húsvéti desszert

Allergének:
1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12

EN: 900
ZS: 30,7 TZS: 11,9 FH: 32,3
SZH: 117,9 CK: 17,5 SÓ: 4,1

Gyümölcsleves
Rántott halfilé
Rizibizi
Tartármártás

Allergének:
1, 3, 4, 7, 10

EN: 769
ZS: 29,9 TZS: 8,1 FH: 36,7
SZH: 114,9 CK: 22,1 SÓ: 2,1

Tejfölös karfiolleves
Tarhonyás szárnyas hús
Csemege ízesítésű uborka

Allergének:
1, 3, 7, 10

EN: 858
ZS: 35,8 TZS: 5,5 FH: 35,6
SZH: 95 CK: 5,6 SÓ: 3,9

Köménymagleves
Fokhagymás csirke csíkok
Finomfőzelék
Félbarna kenyér

Allergének:
1, 7, 10

EN: 707
ZS: 16,3 TZS: 3 FH: 38,6
SZH: 99,2 CK: 17 SÓ: 3,6

Rizsleves
Dijoni sertés flekken
Tört burgonya
Csemege ízesítésű uborka

Allergének:
1, 9, 10, 12

EN: 606
ZS: 18,3 TZS: 4,4 FH: 34,7
SZH: 89,2 CK: 6,1 SÓ: 4,1

VACSORA

Sült kolbász
Burgonyafőzelék
Félbarna kenyér

Allergének:
1, 6, 7, 9, 10, 12

EN: 698
ZS: 20,6 TZS: 6,5 FH: 26,7
SZH: 99,2 CK: 2,6 SÓ: 3,7

Tavaszi rizses hús
Vegyes vágott

Allergének:
7

EN: 549
ZS: 18 TZS: 6,9 FH: 31,4
SZH: 63,7 CK: 2 SÓ: 2,4

Bolognai penne
Reszelt sajt

Allergének:
1, 3, 7

EN: 675
ZS: 29,2 TZS: 10,4 FH: 31,2
SZH: 69,9 CK: 7,8 SÓ: 1,9

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is 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.

DUNAÚJVÁROS

Szociális

2020.04.13.-2020.04.19.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Vegyes zöldségleves
Sertéspörkölt
Galuska
Ecetes alm paprika

Allergének:
1, 3, 9, 10

EN: 737
ZS: 23,6 TZS: 4,8 FH: 35,4
SZH: 89,6 CK: 6,9 SÓ: 4,1

Reszelt tésztaleves
Húsgombóc
Parajmártás
Főtt burgonya
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1, 3, 6, 7, 9, 10, 12

EN: 900
ZS: 28,6 TZS: 8,5 FH: 37,9
SZH: 116,6 CK: 4,6 SÓ: 4,3

Hamis gulyásleves
Túrós tészta
Alma

Allergének:
1, 3, 7, 9

EN: 703
ZS: 16,9 TZS: 5,3 FH: 25,1
SZH: 108 CK: 19,8 SÓ: 2,3

Paradicsomleves
Mexikói csirkehúsos
rizottó
Káposztasaláta

Allergének:
1, 3, 7, 9

EN: 744
ZS: 24,2 TZS: 6,4 FH: 35,5
SZH: 94,5 CK: 22,6 SÓ: 3,1

Magyaros karalábéleves
Rántott csirkemell
Petrezselymes burgonya
Amerikai
káposztasaláta

Allergének:
1, 3, 9, 10, 12

EN: 797
ZS: 26,5 TZS: 3,6 FH: 40,5
SZH: 90,7 CK: 3,8 SÓ: 4,1

Legényfogó leves
Rizsfelfújt
Erdei gyümölcsöntet

Allergének:
1, 3, 7, 10

EN: 743
ZS: 19,2 TZS: 7,2 FH: 33,5
SZH: 103,1 CK: 27,7 SÓ: 2

Meggyleves
Lecsós sertésszelet
Hagymás törtburgonya
Káposztasaláta

Allergének:
1, 3, 7, 12

EN: 794
ZS: 20,5 TZS: 5,3 FH: 36,3
SZH: 106 CK: 24,6 SÓ: 2,5

VACSORA

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:
1, 10

EN: 624
ZS: 23,7 TZS: 4,2 FH: 27,2
SZH: 74 CK: 1,6 SÓ: 2,1

Allergének:
12

EN: 553
ZS: 20,9 TZS: 4 FH: 26,9
SZH: 57,6 CK: 5 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:

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 érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

DUNAÚJVÁROS

Szociális

2020.04.20.-2020.04.26.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Medvehagyma krémleves*
Kukoricás szárnyas ragu
Párolt rizs

Allergének:
1, 7, 10

EN: 791
ZS: 25,7 TZS: 4,5 FH: 33
SZH: 104,1 CK: 7,7 SÓ: 2,7

Magyaros gombaleves
Szezámagos vagdalt
Burgonyafőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Kókuszgolyó

Allergének:
1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12

EN: 900
ZS: 26 TZS: 13,7 FH: 37,2
SZH: 120,9 CK: 16 SÓ: 4,2

Csontleves
Paradicsomos tonhalas
spagetti
Sajt szórat

Allergének:
1, 3, 4, 7, 9

EN: 723
ZS: 21 TZS: 6 FH: 41,7
SZH: 90,2 CK: 8,5 SÓ: 4,3

Kertészleves
Szárnyas pörkölt
Sárgaborsó főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Alma

Allergének:
1, 3, 9, 10

EN: 889
ZS: 20,4 TZS: 3 FH: 49,3
SZH: 114,7 CK: 5,1 SÓ: 4,1

Fahéjas almaleves
Grill fűszeres
csirkecomb filé
Rizibizi
Vegyes saláta

Allergének:
1, 3, 5, 6, 7, 8, 12

EN: 897
ZS: 21,8 TZS: 8,2 FH: 37
SZH: 132,6 CK: 47,6 SÓ: 3,4

Nyírségi gombóclevés
Mákos tészta

Allergének:
1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11

EN: 716
ZS: 21,4 TZS: 3,7 FH: 32,3
SZH: 94,2 CK: 12,6 SÓ: 1,4

Kelbimbólevés
Pincepörkölt
Céklasaláta
Félbarna kenyér

Allergének:
1, 3, 10, 12

EN: 786
ZS: 16,2 TZS: 3,7 FH: 38,2
SZH: 118,2 CK: 8,4 SÓ: 4,1

VACSORA

Putnoki tekercs
Csokoládés öntet

Allergének:
1, 3, 5, 7, 8

EN: 533
ZS: 13,1 TZS: 4,8 FH: 20,2
SZH: 84,8 CK: 19 SÓ: 0,6

Rántott csirkemell
Francia saláta
Bagett

Allergének:
1, 3, 6, 7, 10

EN: 900
ZS: 27,6 TZS: 5,6 FH: 45
SZH: 114,9 CK: 18 SÓ: 3,6

Rakott burgonya kolbással
Káposztasaláta

Allergének:
3, 7, 12

EN: 658
ZS: 19,1 TZS: 5,7 FH: 22,5
SZH: 88,2 CK: 6 SÓ: 1,9

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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 munkatársainknál! Diétás étkezést 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.

DUNAÚJVÁROS
Szociális
2020.04.27.-2020.04.30.
hétfő
kedd
szerda
csütörtök
péntek
szombat
vasárnap
REGGELI
Allergének:

 EN:
 ZS: TZS: FH:
 SZH: CK: SÓ:

Allergének:

 EN:
 ZS: TZS: FH:
 SZH: CK: SÓ:

Allergének:

 EN:
 ZS: TZS: FH:
 SZH: CK: SÓ:

Allergének:

 EN:
 ZS: TZS: FH:
 SZH: CK: SÓ:

Allergének:

 EN:
 ZS: TZS: FH:
 SZH: CK: SÓ:

Allergének:

 EN:
 ZS: TZS: FH:
 SZH: CK: SÓ:

Allergének:

 EN:
 ZS: TZS: FH:
 SZH: CK: SÓ:

EBÉD

 Zöldborsóleves
 Lecsós virsli
 Párolt rizs
 Alma

Allergének:
 1, 3, 6, 10

 EN: 777
 ZS: 28,1 TZS: 5,9 FH: 24,4
 SZH: 102,4 CK: 6,9 SÓ: 4,1

 Kukoricagaluska leves
 Rakott kelkáposzta
 Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
 1, 3, 7, 9, 10

 EN: 796
 ZS: 29,8 TZS: 8,8 FH: 34,8
 SZH: 91,8 CK: 4,2 SÓ: 3,3

 Lencsegulyás
 Darás tészta
 Gyümölcsöntet

Allergének:
 1, 3, 9

 EN: 815
 ZS: 13 TZS: 2,7 FH: 40,9
 SZH: 124,5 CK: 13,3 SÓ: 2,3

 Tejfölös burgonyaleves
 Szárnyas paella
 Csemege uborka

Allergének:
 1, 3, 7, 9, 10

 EN: 700
 ZS: 17,6 TZS: 3,4 FH: 31,5
 SZH: 97,8 CK: 5,4 SÓ: 4,3

 Zöldség krémleves
 Kenyérkocka
 Temesvári sertés tokány
 Főtt tészta

Allergének:
 1, 3, 6, 7, 9, 10

 EN: 755
 ZS: 22,3 TZS: 0,2 FH: 36,3
 SZH: 97,2 CK: 7,7 SÓ: 3,3

 Zsúrmóka leves
 Székelykáposzta
 Félbarna kenyér

Allergének:
 1, 3, 7, 9, 10

 EN: 749
 ZS: 23,7 TZS: 0,7 FH: 37,8
 SZH: 95,1 CK: 4,7 SÓ: 4,3

 Húsleves
 Reszelt sertés máj
 Tarhonya
 Ecetes almapiprica

Allergének:
 1, 3, 7, 9, 10

 EN: 724
 ZS: 21,7 TZS: 0,6 FH: 34,6
 SZH: 92,7 CK: 5,9 SÓ: 3,6

VACSORA

Pozsonyi kocka

Allergének:
 1, 3, 6, 7, 8, 11

 EN: 659
 ZS: 20,6 TZS: 4,3 FH: 23,1
 SZH: 92,4 CK: 22,5 SÓ: 0,9

 Stefánia vagdalt
 Petrezselymes burgonya
 Káposztasaláta

Allergének:
 1, 3, 6, 12

 EN: 646
 ZS: 23,9 TZS: 7,3 FH: 25,4
 SZH: 73,4 CK: 5,4 SÓ: 2,5

Bográcsos csirkeragu

Allergének:
 1, 3, 7

 EN: 673
 ZS: 16,6 TZS: 3,3 FH: 34,4
 SZH: 92,8 CK: 4,7 SÓ: 1,8

Allergének:

 EN:
 ZS: TZS: FH:
 SZH: CK: SÓ:

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 keresztaszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltásért 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.