

Debrecen

Óvoda

2024.02.26.–2024.03.03.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Csokis gabonagolyó</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:178 ZS: 3,8 TZS: 2 FH: 7 SZH:25,4 CK:16,4 SÓ: 0,33</p>	<p>Gyümölcsstea Zala felvágott Margarin Császárszemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 256 ZS: 8,5 TZS: 3,4 FH: 7 SZH:37,7 CK: 9,2 SÓ: 1,09</p>	<p>Gyümölcsstea Barackos túrókrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 208 ZS: 2,1 TZS: 1,2 FH:6,9 SZH:38,7 CK: 11,8 SÓ: 0,87</p>	<p>Vaníliás tej Fahéjas csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 353 ZS: 11,5 TZS: 6,3 FH: 8,1 SZH:50,5 CK: 30,7 SÓ: 0,48</p>	<p>Gyümölcsstea Petrezselymes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 211 ZS: 4,4 TZS: 0,8 FH: 5,5 SZH: 34,5 CK: 8,5 SÓ: 0,9</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
EBÉD	<p>Májgaluska leves Csirke nuggets Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Nápolyi</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12</p> <p>EN:512 ZS: 19,8 TZS: 6,9 FH: 24,3 SZH:56,6 CK:8,8 SÓ: 1,76</p>	<p>Fahéjas almaleves Kolbásos aprópecsenye Párolt rizs Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 513 ZS: 18,3 TZS: 5,1 FH: 14,7 SZH:68,8 CK: 21,6 SÓ: 1,5</p>	<p>Csontleves Natúr sertés szelet Sósokamártás Főtt burgonya fél adag Teljes kiőrlésű kenyér Gesztenyerúd</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 468 ZS: 12,5 TZS: 5,4 FH:22 SZH:62,3 CK: 18,3 SÓ: 1,4</p>	<p>Édesburgonya krémleves Leves gyöngy Lilahagymás sajtkrém csirkemell Rizibizi Narancs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 558 ZS: 19 TZS: 6,3 FH: 30,7 SZH:62,8 CK: 12,8 SÓ: 0,97</p>	<p>Lencseleves Túrós metélt Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10</p> <p>EN: 556 ZS: 14,6 TZS: 5,2 FH: 22,9 SZH: 78,5 CK: 13,5 SÓ: 0,72</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
UZSONNA	<p>Vajkrém Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:212 ZS: 6,5 TZS: 3,6 FH: 5,4 SZH:30,9 CK:1,3 SÓ: 0,95</p>	<p>Trappista sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 215 ZS: 7,8 TZS: 4,2 FH: 8,6 SZH:26,1 CK: 0,4 SÓ: 1,22</p>	<p>Gépsonka Margarin Zsemle Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 196 ZS: 3,8 TZS: 1,3 FH:7,6 SZH:31 CK: 1,1 SÓ: 1,19</p>	<p>Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 196 ZS: 6,6 TZS: 2,3 FH: 6,3 SZH:26,2 CK: 0,4 SÓ: 1,22</p>	<p>Kockasajt Kifli Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 227 ZS: 6,6 TZS: 4 FH: 7,3 SZH: 33,5 CK: 7,7 SÓ: 1,16</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel 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. Csillagfűtű; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételek 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 ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Debrecen

Óvoda

2024.03.04.–2024.03.10.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:299 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 9,5 SZH:48,4 CK:22,3 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcsstea Magyaros túrókrém Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 209 ZS: 2,9 TZS: 1,3 FH: 8,3 SZH:35,3 CK: 8 SÓ: 1,03</p>	<p>Gyümölcsstea Főtt virsli Ketchup Hosszú zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 319 ZS: 9,7 TZS: 3,4 FH:10,9 SZH:46,2 CK: 10,5 SÓ: 2,12</p>	<p>Karamellás tej Fonott kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 306 ZS: 6,3 TZS: 3,4 FH: 9,5 SZH:49,2 CK: 24,4 SÓ: 0,62</p>	<p>Gyümölcsstea Vajkrém napraforgómaggal Császárszemle Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 259 ZS: 9,2 TZS: 4,8 FH: 5,6 SZH: 38,3 CK: 9,6 SÓ: 0,89</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
EBÉD	<p>Meggyleves Tarhonyás hús Házi vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:502 ZS: 17,4 TZS: 4,6 FH: 18 SZH:67,3 CK:28,3 SÓ: 0,4</p>	<p>Hamisgulyás Sertésfasírt kölessel Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 398 ZS: 14,8 TZS: 4,6 FH: 14,3 SZH:47,8 CK: 7,3 SÓ: 1,51</p>	<p>Csirkeraguleves Mákos nudli Vaníliás öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 672 ZS: 11,6 TZS: 1,9 FH:22,7 SZH:102,5 CK: 39,2 SÓ: 1,77</p>	<p>Tojásleves Panírozott halrúd Kukoricás rizs Tartármártás Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,10</p> <p>EN: 616 ZS: 27,4 TZS: 4,5 FH: 19,4 SZH:69 CK: 9,9 SÓ: 1,86</p>	<p>Bableves Sajtos tejfölös spagetti</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9</p> <p>EN: 517 ZS: 20,7 TZS: 8,6 FH: 21,3 SZH: 56,7 CK: 3,6 SÓ: 0,97</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
UZSONNA	<p>Kenőmájas Teljes kiőrlésű kifli Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN:174 ZS: 6,4 TZS: 0,2 FH: 6,5 SZH:21,1 CK:0,3 SÓ: 0,94</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 217 ZS: 7,1 TZS: 2,6 FH: 6,7 SZH:29,8 CK: 0,7 SÓ: 1,12</p>	<p>Edami sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 216 ZS: 7,3 TZS: 4 FH:9,2 SZH:27,2 CK: 0,4 SÓ: 1,18</p>	<p>Szendvics sonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 181 ZS: 3,9 TZS: 1,5 FH: 7,1 SZH:28,1 CK: 0,9 SÓ: 1,14</p>	<p>Habos puding Banán</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 273 ZS: 2,8 TZS: 1,9 FH: 4,6 SZH: 56,2 CK: 49,2 SÓ: 0,33</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztyszennyeződéssel 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. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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 ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Debrecen

Óvoda

2024.03.11.–2024.03.17.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN:267 ZS: 7 TZS: 3,9 FH: 10,1 SZH:37,7 CK:13,5 SÓ: 0,62</p>	<p>Gyümölcs tea Vaníliás túrókrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 217 ZS: 2,8 TZS: 1,6 FH: 7,6 SZH:38,2 CK: 11 SÓ: 0,88</p>	<p>Gyümölcs tea Pulykasonka Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 200 ZS: 3,6 TZS: 1 FH:6,7 SZH:34 CK: 7,8 SÓ: 1,45</p>	<p>Kakaós tej Margarin Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 305 ZS: 6 TZS: 2,7 FH: 10,5 SZH:48,2 CK: 22,3 SÓ: 0,87</p>			
EBÉD	<p>Zöldségleves Dino szelet Magyaros burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN:444 ZS: 16,2 TZS: 2,6 FH: 14,2 SZH:56,2 CK:1,2 SÓ: 1,61</p>	<p>Tarhonyaleves Rakott karfiol Teljes kiőrlésű kenyér Túró desszert</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,12</p> <p>EN: 544 ZS: 24,9 TZS: 9,7 FH: 19 SZH:55,8 CK: 10,5 SÓ: 0,94</p>	<p>Paradicsomleves Rántott csirkemell Zöldséges bulgur Vitaminsaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 625 ZS: 12,1 TZS: 1,5 FH:28,8 SZH:92,6 CK: 21 SÓ: 1,13</p>	<p>Zellerkrémleves Pirított zsemlekocka Lecsós sertésragu Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 490 ZS: 19,8 TZS: 6 FH: 16,8 SZH:60,2 CK: 4,7 SÓ: 1,28</p>	<p>ÜNNEPNAP</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>		
UZSONNA	<p>Zöldfűszeres vajkrém Félbarna kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:197 ZS: 4,4 TZS: 2,6 FH: 4,9 SZH:32,8 CK:6,5 SÓ: 1,03</p>	<p>Sertés párizsi Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 220 ZS: 6,9 TZS: 2,4 FH: 6,8 SZH:30,7 CK: 0,7 SÓ: 1,17</p>	<p>Trappista sajt Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 217 ZS: 7,7 TZS: 4,2 FH:8,7 SZH:27 CK: 0,4 SÓ: 1,08</p>	<p>Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 194 ZS: 6,2 TZS: 2,2 FH: 6,6 SZH:26,5 CK: 0,5 SÓ: 1,22</p>			

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztyszennyeződéssel 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. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kizsoltatást 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 ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A HÜSMENTES PÉTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Debrecen

Óvoda

2024.03.18.–2024.03.24.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Gyümölcstea
Pizzás csiga

Allergének:
1,7,12

EN:187
ZS: 7,2 TZS: 3,8 FH: 3,5
SZH:26,7 CK:9,3 SÓ: 0,7

Tej
Méz
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN: 307
ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 9,5
SZH:52,1 CK: 26 SÓ: 1,2

Tejeskávé
Mini kalács

Allergének:
1,3,7

EN: 348
ZS: 7,3 TZS: 3,9 FH:11,5
SZH:56 CK: 24,7 SÓ: 0,8

Gyümölcstea
Majonézes tonhalkrém
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,4,6,10

EN: 208
ZS: 4 TZS: 0,6 FH: 7,5
SZH:33,9 CK: 8,4 SÓ: 0,85

Gyümölcstea
Főtt tojás
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,3

EN: 213
ZS: 4,6 TZS: 1,4 FH: 6,2
SZH: 33,7 CK: 7,8 SÓ: 0,84

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Magyaros gombaleves
Sült virsli
Zöldborsófőzelék
Körte
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,12

EN:431
ZS: 13,7 TZS: 3,7 FH: 16,9
SZH:57,1 CK:19,1 SÓ: 1,9

Húsleves
Főtt sertésszelet
Gyümölcsmártás
Pirított dara

Allergének:
1,3,7,12

EN: 432
ZS: 8,8 TZS: 3 FH: 20,2
SZH:65,2 CK: 22,4 SÓ: 0,69

Eperkrémleves
Zöldséges rizshús
Csemegeuborka

Allergének:
1,7,10,12

EN: 480
ZS: 16,3 TZS: 4,4 FH:15
SZH:67,6 CK: 25,6 SÓ: 1,19

Frankfurti leves
Csokitöltelékes gombóc
Porcukor szórát
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,7,12

EN: 721
ZS: 18,8 TZS: 4,1 FH: 19,5
SZH:110,3 CK: 17,3 SÓ: 2,33

Újhagymás burgonyakrémleves
Vegetáriánus bolognai ragu
Spagetti
Sajt szórát

Allergének:
1,6,7,9,12

EN: 494
ZS: 14,3 TZS: 5,3 FH: 23,6
SZH: 64,5 CK: 9,7 SÓ: 1,07

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájás
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1,6,10

EN:193
ZS: 6,3 TZS: 0,2 FH: 6,5
SZH:26 CK:0,4 SÓ: 1,08

Paprikás szalámi
Margarin
Zsemle
Csemegeuborka

Allergének:
1,10,12

EN: 225
ZS: 7,4 TZS: 2,5 FH: 6,9
SZH:31 CK: 1,7 SÓ: 1,53

Soproni felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1

EN: 197
ZS: 6,5 TZS: 2,3 FH:6,4
SZH:26,8 CK: 0,6 SÓ: 1,22

Reszelt sajt
Margarin
Császárszemle
Kígyóuborka

Allergének:
1,6,7

EN: 249
ZS: 10,1 TZS: 5,4 FH: 9,2
SZH:30,2 CK: 1,7 SÓ: 1,09

Mese fit Detki keksz
Alma

Allergének:
1,6,7

EN: 248
ZS: 8,9 TZS: 4,1 FH: 4
SZH: 36,8 CK: 16,7 SÓ: 0,2

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 kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel 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. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést 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.



TUDJ MEG
TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉNTEK
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Debrecen

Óvoda

2024.03.25.–2024.03.31.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Kakaós csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:299 ZS:12 TZS:6,6 FH:8,4 SZH:35,7 CK:16,7 SÓ:0,52</p>	<p>Gyümölcs tea Vajás pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:197 ZS:3,4 TZS:1,6 FH:4,4 SZH:36,5 CK:11,4 SÓ:0,35</p>	<p>Gyümölcs tea Póréhagymás túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:204 ZS:3 TZS:1,8 FH:7,8 SZH:34,1 CK:8 SÓ:0,8</p>	<p>Tej Dzsungel gabonapehely</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:175 ZS:3,4 TZS:1,9 FH:7,3 SZH:25 CK:15 SÓ:0,43</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
EBÉD	<p>Kakukkfűves hagymakrémeles Pirított zsemlekocka Sertéspörkölt Szarvacskás tészta Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10</p> <p>EN:486 ZS:17,3 TZS:4,8 FH:19,8 SZH:61,6 CK:7,5 SÓ:1,39</p>	<p>Kertészleves Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya fél adag Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN:468 ZS:15,7 TZS:3,8 FH:16 SZH:62,9 CK:19,8 SÓ:1,74</p>	<p>Almás szilvakrémeles Zöldséges csirkevagdalt Párolt rizs Káposztasaláta Húsvéti desszert</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,12</p> <p>EN:606 ZS:19,2 TZS:6,4 FH:17,4 SZH:89,9 CK:35,7 SÓ:0,9</p>	<p>Daragaluska leves Füstölt főtt húsokkáék Gyöngybabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN:469 ZS:15,5 TZS:3,6 FH:23,8 SZH:60,3 CK:6,8 SÓ:2,16</p>	<p>ÜNNEPNAP</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
UZSONNA	<p>Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:196 ZS:6,6 TZS:3,8 FH:4,7 SZH:27,8 CK:1 SÓ:1,04</p>	<p>Trappista sajt Margarin Félbarna kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:215 ZS:7,6 TZS:4 FH:8,5 SZH:26,9 CK:0,4 SÓ:1,33</p>	<p>Olasz felvágott Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:217 ZS:6,5 TZS:2,1 FH:7 SZH:30,8 CK:0,7 SÓ:1,17</p>	<p>Baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:190 ZS:5,6 TZS:1,7 FH:5,9 SZH:27,8 CK:0,5 SÓ:1,47</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>

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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás ételről érdeklődj vizsgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést biztosítunk. A szükség szerinti ételváltoztatásért 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 ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.