

Ovo-lakto vegetáriánus

2020.FEBRUÁR 03-07.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Mini méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8, 11</p> <p>EN: 404 ZS: 6,7 TZS: 4,9 FH: 14,2 SZH: 69,6 CK: 33 SÓ: 1,5</p>	<p>Tea Brokkolikrém Félbarna kenyér Sárgarépahasáb</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 11</p> <p>EN: 304 ZS: 8,5 TZS: 5 FH: 9,6 SZH: 45,3 CK: 10,8 SÓ: 1,7</p>	<p>Tea Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8</p> <p>EN: 285 ZS: 5,3 TZS: 0,7 FH: 18 SZH: 40,8 CK: 11,4 SÓ: 1,3</p>	<p>Karamellás tej Kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12</p> <p>EN: 380 ZS: 7,9 TZS: 4,3 FH: 14,4 SZH: 67,1 CK: 50,8 SÓ: 0,8</p>	<p>Tea Főtt tojás Félbarna kenyér Paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 8, 11</p> <p>EN: 285 ZS: 5,9 TZS: 1 FH: 11,5 SZH: 44,6 CK: 10 SÓ: 1,5</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>Vajas galuska leves Sajtos kölesgolyó Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 7, 8</p> <p>EN: 802 ZS: 26 TZS: 1,7 FH: 28,5 SZH: 113,5 CK: 14 SÓ: 3,2</p>	<p>Körteleves Budapesti zöldségragu Párolt rizs Házi csalamádé</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7, 10, 12</p> <p>EN: 788 ZS: 25,4 TZS: 1,7 FH: 23,1 SZH: 111,5 CK: 16,5 SÓ: 1,4</p>	<p>Hamis gulyásleves Carbonara kukoricás spagetti Reszelt sajt Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 12</p> <p>EN: 850 ZS: 27,4 TZS: 9,5 FH: 25 SZH: 120,2 CK: 8,9 SÓ: 2,1</p>	<p>Vegyes zöldségleves Kölesbóccos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 7, 8</p> <p>EN: 799 ZS: 25,8 TZS: 6,7 FH: 23,4 SZH: 113 CK: 5,5 SÓ: 4</p>	<p>Paradicsomleves Rántott gomba Petrezselymes burgonya Csemege uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 10, 12</p> <p>EN: 800 ZS: 25,8 TZS: 5,6 FH: 23,4 SZH: 113,2 CK: 10,5 SÓ: 3,7</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>Kockasajt Zsemle Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8</p> <p>EN: 151 ZS: 1,1 TZS: 0,4 FH: 4,6 SZH: 29,8 CK: 0,2 SÓ: 0,6</p>	<p>Sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8</p> <p>EN: 275 ZS: 11,1 TZS: 8,2 FH: 13,7 SZH: 31 CK: 0,7 SÓ: 1,5</p>	<p>Petrezselymes kukoricakrém Zsemle Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 8</p> <p>EN: 167 ZS: 3,1 TZS: 2,8 FH: 4,7 SZH: 29,4 CK: 0 SÓ: 0,7</p>	<p>Zöldfűszeres sajtkrém Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8, 11</p> <p>EN: 258 ZS: 8,4 TZS: 4,8 FH: 10 SZH: 34,7 CK: 0,3 SÓ: 1,8</p>	<p>Kocka sajt Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8</p> <p>EN: 217 ZS: 5,2 TZS: 3,4 FH: 7,5 SZH: 34 CK: 2,5 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>

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 étkezését 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.

Ovo-lakto vegetáriánus

2020.FEBRUÁR 10-14.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Mogyorós krém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 452 ZS: 14,6 TZS: 5 FH: 14,8 SZH: 63,6 CK: 29,7 SÓ: 1,5</p>	<p>Tea Vaníliás túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8</p> <p>EN: 301 ZS: 6,8 TZS: 3,6 FH: 6,2 SZH: 52,6 CK: 26,3 SÓ: 0,8</p>	<p>Tea Sajt szelet Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8</p> <p>EN: 358 ZS: 23,7 TZS: 4,1 FH: 10,9 SZH: 50,9 CK: 11,3 SÓ: 2,3</p>	<p>Kakaós tej Fonott kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12</p> <p>EN: 345 ZS: 8,2 TZS: 4,3 FH: 14,7 SZH: 57,6 CK: 40,8 SÓ: 0,8</p>	<p>Tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 8</p> <p>EN: 252 ZS: 6,3 TZS: 2,1 FH: 9 SZH: 39,1 CK: 11,5 SÓ: 1,1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
EBÉD	<p>Kertész leves Vadas zöldségtokány Főtt tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 10</p> <p>EN: 797 ZS: 25,5 TZS: 2,2 FH: 33,6 SZH: 99,9 CK: 17,9 SÓ: 2,8</p>	<p>Tojásleves Pritaminos kölesgolyó Szárzabb főzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 7, 8, 10, 11</p> <p>EN: 713 ZS: 24,6 TZS: 1,9 FH: 40 SZH: 76,8 CK: 0,6 SÓ: 2,7</p>	<p>Zöldség raguleves Fánk</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 12</p> <p>EN: 780 ZS: 25,2 TZS: 4,7 FH: 22,8 SZH: 110,3 CK: 18,7 SÓ: 1,4</p>	<p>Daragaluska leves Kaprok kuszkus golyó Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 4, 5, 7, 8, 12</p> <p>EN: 793 ZS: 23,2 TZS: 2,6 FH: 34,3 SZH: 103,9 CK: 14,5 SÓ: 4</p>	<p>Zöldborsóleves Rántott sajt Kukoricás rizs Tartármártás Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9, 10, 13</p> <p>EN: 801 ZS: 25,8 TZS: 4,4 FH: 23,4 SZH: 113,3 CK: 16,7 SÓ: 2,1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
UZSONNA	<p>Kockasajt Teljes kiőrlésű zsemle Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8</p> <p>EN: 232 ZS: 7,3 TZS: 3,4 FH: 8,6 SZH: 31,9 CK: 0,7 SÓ: 1,3</p>	<p>Vegyes zöldségkrém Zsemle Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 9</p> <p>EN: 293 ZS: 9,5 TZS: 3 FH: 8,6 SZH: 41,4 CK: 0,3 SÓ: 1,4</p>	<p>Zöldfűszeres sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa karika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8</p> <p>EN: 250 ZS: 7,6 TZS: 2,1 FH: 9,6 SZH: 33,2 CK: 1,4 SÓ: 1,6</p>	<p>Magyaros vajkrém Zsemle Paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8</p> <p>EN: 270 ZS: 12,1 TZS: 5 FH: 8,9 SZH: 30,5 CK: 0,1 SÓ: 1,8</p>	<p>Gyümölcsjoghurt Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8</p> <p>EN: 270 ZS: 14,3 TZS: 2 FH: 7,8 SZH: 50,8 CK: 15,6 SÓ: 1,1</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 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 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.

Ovo-lakto vegetáriánus

2020.FEBRUÁR 17-21.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Fahéjas csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12</p> <p>EN: 316 ZS: 12,2 TZS: 2,3 FH: 13,7 SZH: 35,4 CK: 16 SÓ: 0,7</p>	<p>Tea Körözött Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8, 11</p> <p>EN: 298 ZS: 8,9 TZS: 3,9 FH: 7,3 SZH: 45,1 CK: 12 SÓ: 1,6</p>	<p>Tea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 8</p> <p>EN: 325 ZS: 15,5 TZS: 1,5 FH: 5,4 SZH: 40,2 CK: 11,7 SÓ: 1,8</p>	<p>Tejes kávé Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 314 ZS: 7,2 TZS: 2,9 FH: 12,3 SZH: 48,3 CK: 25,1 SÓ: 0,7</p>	<p>Tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 8</p> <p>EN: 273 ZS: 7,9 TZS: 3,7 FH: 10,6 SZH: 38,6 CK: 11,3 SÓ: 1,4</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
EBÉD	<p>Zöldségleves Hamis mexikói bab Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 8</p> <p>EN: 743 ZS: 20,3 TZS: 4 FH: 34,6 SZH: 101,6 CK: 21,6 SÓ: 2,3</p>	<p>Isk: Limonádé Ovi: Köménymag leves Kenyérkocka Sajtos zöldségrizottó Vegyes saláta Müzli szelet</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 765 ZS: 22,5 TZS: 4,8 FH: 22,3 SZH: 114,6 CK: 33,6 SÓ: 1</p>	<p>Vajas galuskaleves Darás metélt Szilvavelő Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3</p> <p>EN: 791 ZS: 13,6 TZS: 1,2 FH: 31,9 SZH: 133,2 CK: 14,3 SÓ: 2,8</p>	<p>Reszelt tésztalesves Főtt tojás Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 6, 7, 8</p> <p>EN: 803 ZS: 26 TZS: 0,7 FH: 23,8 SZH: 113,6 CK: 19,5 SÓ: 1,8</p>	<p>Zeller krémleves Pírtott magvakkal Rántott brokkoli Tört burgonya Párolt káposzta</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8, 9, 11, 12</p> <p>EN: 850 ZS: 27,4 TZS: 1,9 FH: 24,8 SZH: 120,2 CK: 9,4 SÓ: 2,9</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
UZSONNA	<p>Kockasajt Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8</p> <p>EN: 379 ZS: 32,3 TZS: 9,1 FH: 7,9 SZH: 35,7 CK: 1 SÓ: 2,3</p>	<p>Lilahagymás margarinkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 8</p> <p>EN: 255 ZS: 8,22 TZS: 3 FH: 7,5 SZH: 36 CK: 0,8 SÓ: 1,6</p>	<p>Sajt szelet Margarin Zsemle Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8</p> <p>EN: 411 ZS: 9,7 TZS: 7,1 FH: 16,8 SZH: 58,2 CK: 0 SÓ: 1,9</p>	<p>Kockasajt Félbarna kenyér Paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8, 11</p> <p>EN: 200 ZS: 3,6 TZS: 2,8 FH: 6,4 SZH: 34,3 CK: 0 SÓ: 1,2</p>	<p>Túró desszert Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 5, 6, 7, 8</p> <p>EN: 218 ZS: 7 TZS: 2,8 FH: 6,4 SZH: 30,8 CK: 8,5 SÓ: 0</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 kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztyszennyeződéssel 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 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.

Ovo-lakto vegetáriánus

2020.FEBRUÁR 24-28.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap	
TÍZÓRAI	Tej Gabonapehely <u>Allergének:</u> 1, 5, 6, 7, 8, 11 EN: 281 ZS: 5,6 TZS: 2,7 FH: 11,3 SZH: 44,7 CK: 26,5 SÓ: 0,5	Tea Tojáskrém Zsemle <u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 8 EN: 317 ZS: 21,8 TZS: 2 FH: 8,5 SZH: 47,2 CK: 11,3 SÓ: 1,7	Tea Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8 EN: 234 ZS: 5,8 TZS: 3,2 FH: 6,3 SZH: 38,7 CK: 12,5 SÓ: 1,4	Karamellás tej Fatörzs kifli <u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 EN: 364 ZS: 7,2 TZS: 4 FH: 11,9 SZH: 61,8 CK: 36,2 SÓ: 0,8	Tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépakorong <u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 8 EN: 237 ZS: 4,4 TZS: 3,1 FH: 9,8 SZH: 39 CK: 11,6 SÓ: 1,5			
EBÉD	Lebbencsleves Petrezselymes kölesgolyó Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma <u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 7, 8, 12 EN: 799 ZS: 25,8 TZS: 2,1 FH: 23,4 SZH: 113 CK: 18,5 SÓ: 2,1	Újghagymás lencseleves Bazsalikomos paradicsomos spagetti Reszelt sajt <u>Allergének:</u> 1, 3, 7 EN: 767 ZS: 21,2 TZS: 3,6 FH: 29,4 SZH: 107,2 CK: 14,5 SÓ: 2,2	Zöldségleves Kuszkuszgolyó Kelkáposzta főzelék Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 8, 11 EN: 805 ZS: 26 TZS: 7,1 FH: 23,6 SZH: 113,9 CK: 5,9 SÓ: 1,7	Brokkoli leves Zöldséges egytálétel Félbarna kenyér Cékla Kókuszgolyó <u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12 EN: 703 ZS: 22,7 TZS: 5 FH: 20,9 SZH: 99,4 CK: 16,6 SÓ: 3,3	Almaleves Rántott sajt Snidlinges párolt rizs Amerikai káposztasaláta <u>Allergének:</u> 1, 3, 4, 7, 10 EN: 801 ZS: 25,8 TZS: 4,3 FH: 23,4 SZH: 113,3 CK: 29,1 SÓ: 1,3			
UZSONNA	Kockasajt Félbarna kenyér Retek <u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8, 11 EN: 250 ZS: 7,7 TZS: 3,2 FH: 9,1 SZH: 34,4 CK: 0 SÓ: 1,7	Paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 226 ZS: 8,5 TZS: 4,9 FH: 9,1 SZH: 28,1 CK: 0,7 SÓ: 1,5	Brokkolikrém Zsemle Retek <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 267 ZS: 20,8 TZS: 5,6 FH: 9,1 SZH: 36,1 CK: 1 SÓ: 1,8	Sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paprika <u>Allergének:</u> 1, 5, 7, 8 EN: 269 ZS: 11,7 TZS: 8,2 FH: 13,7 SZH: 28,2 CK: 0,5 SÓ: 1,6	Mese fitt kesz <u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 6, 7, 8 EN: 299 ZS: 9,6 TZS: 3,7 FH: 8,8 SZH: 42,3 CK: 7,9 SÓ: 0,2			

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. 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 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.