

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Tej-tojásmentes

2020.MÁRCIUS 2-8

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tea Kakaós krém Zsemle <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 388 ZS: 7,9 TZS: 4,3 FH: 14,4 SZH: 69,1 CK: 52,7 SÓ: 0,8	Tea Lilahagymás brokkolikrém Félbarna kenyér Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 11 EN: 304 ZS: 8,9 TZS: 3,9 FH: 7,8 SZH: 46 CK: 12 SÓ: 1,6	Tea Paprikakrém Zsemle Sárgarépa korong <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 244 ZS: 5,3 TZS: 3,1 FH: 6 SZH: 42,2 CK: 12,8 SÓ: 1,2	Tea Mini dzsem Margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 11 EN: 386 ZS: 6,7 TZS: 4,9 FH: 14,1 SZH: 64,6 CK: 27,3 SÓ: 1,5	Tea Marokkói sárgarépakrém Félbarna kenyér Retek <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 11 EN: 301 ZS: 7,8 TZS: 3,6 FH: 11,5 SZH: 44,3 CK: 10 SÓ: 1,7	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Gombaleves* Lecsós pulykaragu Párolt rizs Narancs <u>Allergének:</u> 1 EN: 763 ZS: 24,6 TZS: 1,3 FH: 22,3 SZH: 108 CK: 1,4 SÓ: 4	Csontleves* Fokhagymás csirke csíkok Majorannás burgonyafőzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér. <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 12 EN: 735 ZS: 23,7 TZS: 1,7 FH: 21,5 SZH: 104 CK: 3,4 SÓ: 2,6	Szárnyas raguleves Káposztás tészta* Teljes kiőrlésű kenyér Alma <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 850 ZS: 27,4 TZS: 0,5 FH: 24,9 SZH: 120,2 CK: 22,7 SÓ: 4	Zellerleves* Szárnys vagdalt TojM Fejtett babfőzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 9 EN: 812 ZS: 25,2 TZS: 1,1 FH: 43,3 SZH: 95,5 CK: 1,4 SÓ: 3,2	Isk: Limonádé Ovi: Zöldbableves* TM Natúr csirkemell Petrezselymes rizs Vegyes saláta <u>Allergének:</u> 1 EN: 742 ZS: 24 TZS: 5,5 FH: 21,7 SZH: 105 CK: 20,5 SÓ: 3	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 149 ZS: 1,7 TZS: 0,6 FH: 5,2 SZH: 27,7 CK: 0,7 SÓ: 0,8	Mexikói zöldségkrém Zsemle <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 261 ZS: 11 TZS: 8,1 FH: 12,5 SZH: 28,9 CK: 0 SÓ: 1,4	Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 217 ZS: 5,2 TZS: 2,9 FH: 10,7 SZH: 34,1 CK: 0,3 SÓ: 1,9	Soproni felvágott Margarin Zsemle Paprika <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 266 ZS: 11,8 TZS: 6,2 FH: 8,6 SZH: 29,9 CK: 0,1 SÓ: 1,8	Narancs Puffasztott rizs <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 257 ZS: 2,9 TZS: 1,6 FH: 8,3 SZH: 46,6 CK: 15,3 SÓ: 0,8	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

Allergénjelölés magyarázata: 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 érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! A szükség szerinti ételváltoztatásért 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.

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Tej-tojásmentes

2020.MÁRCIUS 9-15

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tea Mini méz Margarin Zsemle <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 274 ZS: 7,2 TZS: 2,9 FH: 12,3 SZH: 38,3 CK: 15,1 SÓ: 0,7	Tea Párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 201 ZS: 3,6 TZS: 2,9 FH: 5,1 SZH: 36,8 CK: 10,5 SÓ: 0,9	Tea Lilahagymás margarinkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa hasáb <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 291 ZS: 10,8 TZS: 1,6 FH: 8,6 SZH: 39,1 CK: 10,8 SÓ: 1,6	Tea Vegyes zöldségrekm Zsemle <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 9 EN: 276 ZS: 5,5 TZS: 2,6 FH: 11 SZH: 44,3 CK: 26 SÓ: 0,5	Tea Húspástétom Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 259 ZS: 7,8 TZS: 3,4 FH: 8,2 SZH: 37,9 CK: 10,5 SÓ: 1,4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Erőleves* Székelykáposzta TM Teljes kiőrlésű kenyér Alma <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 778 ZS: 25 TZS: 9 FH: 22,8 SZH: 110 CK: 17,4 SÓ: 4	Alföldi tézstaleves* Stroganoff szárnyas tokány TM Párolt rizs <u>Allergének:</u> 1, 10, 12 EN: 734 ZS: 23,7 TZS: 1,5 FH: 21,5 SZH: 103,8 CK: 4 SÓ: 2,6	Fejlett bableves füstölt hússal* Burgonyás tészta* Csemege uborka (édesítőszerral) Alma <u>Allergének:</u> 1, 10 EN: 847 ZS: 26,8 TZS: 10,6 FH: 32,6 SZH: 97,5 CK: 12,8 SÓ: 3	Daragaluska leves TojM Sertés vagdalt TojM Kerti főzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 743 ZS: 24 TZS: 7,4 FH: 21,7 SZH: 105,1 CK: 7,6 SÓ: 1,9	Paradicsomleves* Rántott halrúd TM TojM Snidlinges burgonya Tavaszi saláta TM <u>Allergének:</u> 1, 4, 12 EN: 850 ZS: 27,4 TZS: 1,6 FH: 24,9 SZH: 120,2 CK: 15,8 SÓ: 1,9	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Tökmagos margarinkrém Zsemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 11 EN: 248 ZS: 18,8 TZS: 3,8 FH: 8,2 SZH: 36,9 CK: 1 SÓ: 1,5	Petrezselymes kukoricakrém Zsemle Póréhagyma <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 365 ZS: 21,1 TZS: 0 FH: 10,9 SZH: 33,6 CK: 0 SÓ: 1	Kenőmájás Zsemle <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 162 ZS: 3 TZS: 2,8 FH: 4,3 SZH: 28,7 CK: 0 SÓ: 0,7	Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér Retek <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 281 ZS: 11,2 TZS: 8,2 FH: 14,2 SZH: 31,9 CK: 0,7 SÓ: 1,5	Banán Puffasztott rizs <u>Allergének:</u> - EN: 191 ZS: 6,2 TZS: 3,4 FH: 5,6 SZH: 27 CK: 0 SÓ: 1,7	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

Allergénjelölés magyarázata: 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 érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! A szükség szerinti ételváltoztatásért 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.

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Tej-tojásmentes

2020.MÁRCIUS 16-22

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tea Kakaós krém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 11 EN: 452 ZS: 14,6 TZS: 5 FH: 14,8 SZH: 63,6 CK: 29,7 SÓ: 1,5	Tea Brokkolikrém Félbarna kenyér Póréhagyma <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 11 EN: 290 ZS: 6,2 TZS: 3,2 FH: 8 SZH: 45,1 CK: 11,6 SÓ: 1,3	Tea Tonhalkrém Zsemle Sárgarépa korong <u>Allergének:</u> 1, 4, 5, 6, 8 EN: 261 ZS: 3,1 TZS: 0,5 FH: 14,5 SZH: 42,6 CK: 11,5 SÓ: 0,9	Tea Mini dzsem Margarin Zsemle <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 340 ZS: 7,9 TZS: 4,3 FH: 14,4 SZH: 57,1 CK: 40,8 SÓ: 0,9	Tea Paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 376 ZS: 12 TZS: 3,7 FH: 11 SZH: 53,2 CK: 10,5 SÓ: 1,4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Karalábéleves* Csikós szárnyas ragu TM Párolt rizs <u>Allergének:</u> 1 EN: 700 ZS: 22,6 TZS: 1,8 FH: 20,5 SZH: 99 CK: 2,7 SÓ: 3	Zsurmóka leves* TM Natúr csirkemell Zöldborsófőzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 792 ZS: 25,5 TZS: 4 FH: 23,2 SZH: 112 CK: 18 SÓ: 2,2	Frankfurti leves TM Mákos tészta* Teljes kiőrlésű kenyér Narancs <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 11, 12 EN: 827 ZS: 26,7 TZS: 4,7 FH: 24,2 SZH: 117 CK: 3,3 SÓ: 3,3	Zöldség krémleves TM Kenyérkocka Lecsós csirkemáj Tört burgonya Csemege uborka (édesítőszerrel) <u>Allergének:</u> 1, 10, 12 EN: 799 ZS: 25,8 TZS: 1,8 FH: 23,4 SZH: 113 CK: 3,7 SÓ: 4	Szilvaleves TM Sült csirkemell Gombamártás TM Karottás rizs <u>Allergének:</u> 1 EN: 795 ZS: 28,9 TZS: 5,7 FH: 44,7 SZH: 83,8 CK: 18,3 SÓ: 4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 236 ZS: 7,3 TZS: 4,5 FH: 6,6 SZH: 35,8 CK: 2,8 SÓ: 0,8	Zala felvágott Margarin Zsemle <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 222 ZS: 7,8 TZS: 4,8 FH: 8 SZH: 29,3 CK: 0,3 SÓ: 1,3	Mexikói zöldségkrém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 11 EN: 300 ZS: 9,9 TZS: 7,1 FH: 13,9 SZH: 33,5 CK: 0 SÓ: 1,7	Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 192 ZS: 5,4 TZS: 3 FH: 10,4 SZH: 28,6 CK: 0,8 SÓ: 1,6	Gesztyenyemarci Alma <u>Allergének:</u> - EN: 129 ZS: 4,1 TZS: 2,8 FH: 2,9 SZH: 19,5 CK: 17,1 SÓ: 0	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

Allergénjelölés magyarázata: 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 étel allergén tartalmáról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! A szükség szerinti ételváltoztatásért 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 fénypékes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Tej-tojásmentes

2020.MÁRCIUS 23-29

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tea Mini méz Margarin Zsemle <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 284 ZS: 7,2 TZS: 4 FH: 11,9 SZH: 41,8 CK: 16,2 SÓ: 0,8	Tea Lilahagymás kukoricakrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 373 ZS: 6,8 TZS: 5 FH: 13,4 SZH: 63,2 CK: 33,5 SÓ: 1,2	Tea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 325 ZS: 15,5 TZS: 1,5 FH: 5,4 SZH: 40,2 CK: 11,7 SÓ: 1,8	Tea Kenőmájás Zsemle <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 391 ZS: 12,6 TZS: 2,3 FH: 11,4 SZH: 55,3 CK: 22 SÓ: 0,4	Tea Marokkói sárgarépakrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 257 ZS: 6,3 TZS: 2,1 FH: 9 SZH: 40,1 CK: 12,3 SÓ: 1,1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Reszelt tésztaleves * Pritaminos szárnyas ragu TM Petrezselymes rizs <u>Allergének:</u> 1 EN: 798 ZS: 25,7 TZS: 1,1 FH: 23,4 SZH: CK: 4,5 SÓ: 2,2	Karfiolleves* Paprikás burgonya Félbarna kenyér Csemege uborka (édesítőszerrel) <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 10, 11, 12 EN: 844 ZS: 27,2 TZS: 1,3 FH: 24,7 SZH: CK: 27,3 SÓ: 2	Tárkonyos pulykabecsinált leves*TM Káposztás kocka * Alma <u>Allergének:</u> 1 EN: 741 ZS: 24 TZS: 0,8 FH: 21,7 SZH: 105 CK: 18,1 SÓ: 2,8	Zöldséges burgonyaleves* Borsos szárnyas tokány Fejtett babfőzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 10, 12 EN: 711 ZS: 19,8 TZS: 1,4 FH: 44 SZH: 82,5 CK: 2,1 SÓ: 3,2	Gombaleves* TM Rántott halrúd TM TojM Párolt rizs Csemege uborka (édesítőszerrel) <u>Allergének:</u> 1, 4, 10 EN: 813 ZS: 26,2 TZS: 1,6 FH: 39,7 SZH: 99,1 CK: 0,8 SÓ: 2,6	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Tökmagos margarinkrém Teljes kiőrlésű kenyér Retek <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 11 EN: 218 ZS: 7,8 TZS: 3,4 FH: 8,1 SZH: 27,8 CK: 0,5 SÓ: 1,4	Olasz felvágott Margarin Zsemle Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 268 ZS: 12 TZS: 5 FH: 8,9 SZH: 30,2 CK: 0,1 SÓ: 1,9	Vegyes zöldségkrém Zsemle Paprika <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 9 EN: 269 ZS: 11,1 TZS: 8,1 FH: 13 SZH: 30,1 CK: 0 SÓ: 1,4	Párizsi Margarin Félbarna kenyér Retek <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 11 EN: 198 ZS: 3,5 TZS: 2,8 FH: 6,4 SZH: 34 CK: 0 SÓ: 1,2	Banán Puffasztott rizs <u>Allergének:</u> - EN: 230 ZS: 16,6 TZS: 3,8 FH: 7 SZH: 38,2 CK: 2,7 SÓ: 1,2	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

Allergénjelölés magyarázata: 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 érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! 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.

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Tej-tojásmentes

2020.MÁRCIUS 30-31

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tea Mini dzsem Margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 11 EN: 386 ZS: 6,7 TZS: 4,9 FH: 14,1 SZH: 64,6 CK: 27,3 SÓ: 1,5	Tea Zöldborsópástétom Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 266 ZS: 9 TZS: 4,1 FH: 6,4 SZH: 38,7 CK: 12,5 SÓ: 1,3	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Lebbencsleves* Csirkepörkölt Tökfőzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 5, 8, 12 EN: 739 ZS: 23,8 TZS: 2,1 FH: 21,6 SZH: CK: 10,2 SÓ: 2,6	Húsgombóc leves TojM Burgonyás tészta* Cékla (édesítőszerrel) <u>Allergének:</u> 1, 10, 12 EN: 850 ZS: 27,4 TZS: 2,7 FH: 24,9 SZH: CK: 1 SÓ: 3,8	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Mátrai diákcsemege Margarin Zsemle Kaliforniai paprika <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 233 ZS: 17,1 TZS: 3,7 FH: 7,6 SZH: 40,6 CK: 3,8 SÓ: 1,5	Párizsi Margarin Zsemle Retek <u>Allergének:</u> 1, 5, 8 EN: 184 ZS: 6 TZS: 2,8 FH: 5,4 SZH: 26 CK: 0 SÓ: 0,8	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

Allergénjelölés magyarázata: 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 érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! A szükség szerinti ételválogatásért 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.