

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Nyíregyháza

Gluténmentes étrend-Óvoda

2022.10.31.–2022.11.06.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

			Tej Méz Margarin Kenyér	Gyümölcsstea Vajkrém Kenyér Sárgarépa korong	Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Kenyér Zöldpaprika		
<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>	
EN:	EN:	EN: 274	EN: 191	EN: 178	EN:	EN:	EN:
ZS:	ZS:	ZS: 5	ZS: 6	ZS: 4	ZS:	ZS:	ZS:
TZS:	TZS:	TZS: 2,4	TZS: 3,6	TZS: 1,2	TZS:	TZS:	TZS:
FH:	FH:	FH:5,9	FH: 1,1	FH: 2,5	FH:	FH:	FH:
SÓ:	SÓ:	SÓ: 1	SÓ: 1	SÓ: 0,8	SÓ:	SÓ:	SÓ:
SZH:	SZH:	SZH:47	SZH:31,9	SZH: 30,4	SZH:	SZH:	SZH:
CK:	CK:	CK: 25,7	CK: 9	CK: 8,5	CK:	CK:	CK:

EBÉD

			Fahéjas almaleves Bácskai rizesshús Csemegeuborka	Frankfurti leves Darás metélt Mini dzsem	Újhagymás burgonyakrémléves Paradicsomos tonhalas ragu Tésztaöntet Reszelt sajt		
<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>	
EN:0	EN: 0	EN: 493	EN: 568	EN: 464	EN:	EN:	EN:
ZS:	ZS:	ZS: 18,4	ZS: 19,3	ZS: 14,7	ZS:	ZS:	ZS:
TZS:	TZS:	TZS: 5,4	TZS: 4,6	TZS: 5	TZS:	TZS:	TZS:
FH:	FH:	FH:14,9	FH: 9,9	FH: 21,2	FH:	FH:	FH:
SÓ:	SÓ:	SÓ: 1,3	SÓ: 0,9	SÓ: 1	SÓ:	SÓ:	SÓ:
SZH:	SZH:	SZH:66,1	SZH:84,6	SZH: 60	SZH:	SZH:	SZH:
CK:	CK:	CK: 18,6	CK: 21,2	CK: 3,2	CK:	CK:	CK:

UZSONNA

			Soproni felvágott Margarin Kenyér Zöldpaprika	Paprikás szalámi Margarin Kenyér Kígyóuborka	Kecs Alma		
<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>	
EN:	EN:	EN: 163	EN: 169	EN: 124	EN:	EN:	EN:
ZS:	ZS:	ZS: 5,9	ZS: 6,9	ZS: 3,6	ZS:	ZS:	ZS:
TZS:	TZS:	TZS: 2,2	TZS: 2,5	TZS: 0,4	TZS:	TZS:	TZS:
FH:	FH:	FH:2,7	FH: 2,6	FH: 1,1	FH:	FH:	FH:
SÓ:	SÓ:	SÓ: 1,2	SÓ: 1,2	SÓ: 0,2	SÓ:	SÓ:	SÓ:
SZH:	SZH:	SZH:23,8	SZH:23,1	SZH: 21	SZH:	SZH:	SZH:
CK:	CK:	CK: 1,5	CK: 1,3	CK: 11	CK:	CK:	CK:

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!

Nyíregyháza

Gluténmentes étrend-Óvoda

2022.11.07.–2022.11.13.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Kakaós tej Margarin Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN:267 ZS: 5,2 TZS: 2,5 FH: 6,3 SZH:44,3 CK:22,5 SÓ: 1</p>	<p>Gyümölcs tea Padlizsánkrém Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 3,10,12</p> <p>EN: 141 ZS: 1,5 TZS: 0,2 FH: 0,2 SZH:30,6 CK: 8,6 SÓ: 0,8</p>	<p>Gyümölcs tea Körözött Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 7,10,12</p> <p>EN: 166 ZS: 2,2 TZS: 1,5 FH:4,3 SZH:30,8 CK: 8,5 SÓ: 0,7</p>	<p>Tej Mini dzsem Margarin Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 285 ZS: 5 TZS: 2,4 FH: 6 SZH:49,6 CK: 28 SÓ: 1</p>	<p>Gyümölcs tea Petrezselymes uborkás tojáskrém Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 3,10,12</p> <p>EN: 171 ZS: 3,9 TZS: 0,7 FH: 1,6 SZH: 30,3 CK: 8,9 SÓ: 0,8</p>		
EBÉD	<p>Köménymagleves Kenyérkocka Sajtos csirkeragu Párolt rizs Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 7,10</p> <p>EN:513 ZS: 18,8 TZS: 3,8 FH: 19 SZH:65,1 CK:12,1 SÓ: 1,4</p>	<p>Kertészleves Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya fél adag Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 3,9,10,12</p> <p>EN: 420 ZS: 14,4 TZS: 3,6 FH: 13,7 SZH:56,2 CK: 13,3 SÓ: 0,8</p>	<p>Gulyásleves Tejbedara Kakaós szórát</p> <p><u>Allergének:</u> 7,10,12</p> <p>EN: 436 ZS: 14 TZS: 5,2 FH:17,6 SZH:55,1 CK: 26,1 SÓ: 0,4</p>	<p>Csontleves Füstölt főtt húskockák Tökfőzelék Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 7,10</p> <p>EN: 325 ZS: 13,4 TZS: 3,2 FH: 11,5 SZH:42,9 CK: 7,1 SÓ: 1,7</p>	<p>Eperkrémleves Sertéspörkölt Tésztaköret Káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 10,12</p> <p>EN: 554 ZS: 17,2 TZS: 4,1 FH: 12,7 SZH: 83,6 CK: 30,6 SÓ: 1,1</p>		
UZSONNA	<p>Magyaros vajkrém Kenyér Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN:162 ZS: 6 TZS: 3,6 FH: 1 SZH:24,8 CK:1,9 SÓ: 1</p>	<p>Trappista sajt Margarin Kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 181 ZS: 7,2 TZS: 4 FH: 4,9 SZH:23 CK: 1,3 SÓ: 1,2</p>	<p>Pulykasonka Margarin Kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 6</p> <p>EN: 140 ZS: 3,3 TZS: 1 FH:3,3 SZH:23,3 CK: 1,3 SÓ: 1,3</p>	<p>Füstölt baromfi párizsi Margarin Kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 158 ZS: 5,6 TZS: 1,9 FH: 2,5 SZH:23,3 CK: 1,3 SÓ: 1,2</p>	<p>Sós tallér Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 115 ZS: 1,7 TZS: 0 FH: 0,7 SZH: 23,7 CK: 7 SÓ: 0</p>		

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!

Nyíregyháza

Gluténmentes étrend-Óvoda

2022.11.14.–2022.11.20.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Méz Margarin Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN:274 ZS: 5 TZS: 2,4 FH: 5,9 SZH:47 CK:25,7 SÓ: 1</p>	<p>Tejbedara Kakaós szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 213 ZS: 3,2 TZS: 1,8 FH: 7,1 SZH:35,9 CK: 21,7 SÓ: 0,2</p>	<p>Tea Vajkrém Zsemle Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 7,12</p> <p>EN: 237 ZS: 6,9 TZS: 3,6 FH:1,5 SZH:41 CK: 9,5 SÓ: 1,3</p>	<p>Tea Barackos túrókrém Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 7,12</p> <p>EN: 173 ZS: 1,8 TZS: 1,2 FH: 3,3 SZH:34,7 CK: 12,6 SÓ: 0,7</p>	<p>Gyümölcsstea Gépsonka Margarin Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 12</p> <p>EN: 169 ZS: 3,3 TZS: 1,3 FH: 3,1 SZH: 30,6 CK: 8,9 SÓ: 1,2</p>		
EBÉD	<p>Lebbencsleves Rakott brokkoli Kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 7,10,12</p> <p>EN:495 ZS: 19,4 TZS: 6,6 FH: 17,7 SZH:57,5 CK:10,4 SÓ: 0,8</p>	<p>Zöldborsóleves Natúr sertés szelet Rozsdás mártás Tört burgonya Házi vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 9,10,12</p> <p>EN: 459 ZS: 18,2 TZS: 5,3 FH: 19,6 SZH:50,3 CK: 8,9 SÓ: 1,2</p>	<p>Nyírségi sertés raguleves Darás metélt Gyümölcsötlet</p> <p><u>Allergének:</u> 7,10,12</p> <p>EN: 554 ZS: 18,5 TZS: 5 FH:13,3 SZH:78,8 CK: 11,3 SÓ: 0,2</p>	<p>Tavaszi leves Főtt tojás Sós kamartás Főtt burgonya</p> <p><u>Allergének:</u> 3,7,10,12</p> <p>EN: 364 ZS: 8,4 TZS: 2,7 FH: 11,6 SZH:52,1 CK: 12,7 SÓ: 0,2</p>	<p>Édes gyökekrémleves Kenyérkocka Natúr sertés szelet Kukoricás rizs Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 9,10,12</p> <p>EN: 470 ZS: 17,1 TZS: 3,5 FH: 21,5 SZH: 57,3 CK: 4,2 SÓ: 2,5</p>		
UZSONNA	<p>Sajtkrém Kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN:132 ZS: 2,4 TZS: 1,5 FH: 2,6 SZH:23,7 CK:1,9 SÓ: 0,9</p>	<p>Kenőmájás Kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 12</p> <p>EN: 146 ZS: 3,7 TZS: 1,7 FH: 2 SZH:25,2 CK: 2,4 SÓ: 1,1</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 164 ZS: 6,7 TZS: 2,6 FH:2,4 SZH:22,6 CK: 1,3 SÓ: 1,2</p>	<p>Zala felvágott Margarin Kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 160 ZS: 5,6 TZS: 2 FH: 2,9 SZH:23,5 CK: 1,4 SÓ: 1,2</p>	<p>Túró desszert Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u> 5,6,7,8</p> <p>EN: 127 ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH: 2,1 SZH: 18,8 CK: 17,7 SÓ: 0</p>		

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!

Nyíregyháza

Gluténmentes étrend-Óvoda

2022.11.21.–2022.11.27.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Karfiolos zöldségpástétom Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN:241 ZS: 7,1 TZS: 2,3 FH: 6,3 SZH:33,6 CK:10,5 SÓ: 1,4</p>	<p>Tea Zalakrém Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 10,12</p> <p>EN: 166 ZS: 3,8 TZS: 1,4 FH: 1,8 SZH:30,2 CK: 8,6 SÓ: 1</p>	<p>Tej Méz Margarin Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 274 ZS: 5 TZS: 2,4 FH:5,9 SZH:47 CK: 25,7 SÓ: 1</p>	<p>Gyümölcsstea Sajtkrém napraforgómaggal Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 5,7,8,12</p> <p>EN: 160 ZS: 2,7 TZS: 1,4 FH: 2,4 SZH:30,4 CK: 9 SÓ: 0,9</p>	<p>Tea Majonézes tojáskrém Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 3,10,12</p> <p>EN: 174 ZS: 4 TZS: 0,7 FH: 1,7 SZH: 30,4 CK: 8,9 SÓ: 0,8</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>Almalé 100%-os Zöldséges rizseshús Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 10</p> <p>EN:470 ZS: 15,5 TZS: 4 FH: 13,8 SZH:68,1 CK:26,5 SÓ: 2,1</p>	<p>Kakukkfűves hagymakrémeles Bolognai sertésragu Tésztaköret Reszelt sajt</p> <p><u>Allergének:</u> 7,10</p> <p>EN: 516 ZS: 23 TZS: 8,2 FH: 17,5 SZH:58,2 CK: 5,2 SÓ: 0,9</p>	<p>Tejfölös zöldbableves Pincepörkölt Házi vegyes saláta Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 7,10,12</p> <p>EN: 516 ZS: 19,2 TZS: 5,7 FH:17,3 SZH:61,9 CK: 7,7 SÓ: 2,5</p>	<p>Csontleves Sertés vagdalt Sárgarépa főzelék Kenyér Narancs</p> <p><u>Allergének:</u> 3,7,10</p> <p>EN: 519 ZS: 20,8 TZS: 4,6 FH: 13,7 SZH:66,2 CK: 16,9 SÓ: 2,1</p>	<p>Zöldségleves Lilahagymás sajtkrémes sertésszelet Rizibizi</p> <p><u>Allergének:</u> 7,9,10,12</p> <p>EN: 496 ZS: 23,1 TZS: 6,2 FH: 23,5 SZH: 47,6 CK: 2,1 SÓ: 0,4</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 Kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN:158 ZS: 6,1 TZS: 3,6 FH: 1 SZH:23,7 CK:1,9 SÓ: 1</p>	<p>Trappista sajt Margarin Kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 181 ZS: 7,2 TZS: 4 FH: 4,9 SZH:23,1 CK: 1,3 SÓ: 1,2</p>	<p>Füstölt baromfi párizsi Margarin Kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 157 ZS: 5,6 TZS: 1,9 FH:2,5 SZH:23,2 CK: 1,3 SÓ: 1,2</p>	<p>Olasz felvágott Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 212 ZS: 6,8 TZS: 2,1 FH: 2,9 SZH:33,3 CK: 1,8 SÓ: 1,5</p>	<p>Kukoricarúd Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 6,7</p> <p>EN: 128 ZS: 5,8 TZS: 2,3 FH: 1,5 SZH: 17,3 CK: 12,9 SÓ: 0,1</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>

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!

Nyíregyháza

Gluténmentes étrend-Óvoda

2022.11.28.–2022.12.04.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Mini dzsem Margarin Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN:285 ZS: 5 TZS: 2,4 FH: 6 SZH:49,6 CK:28 SÓ: 1</p>	<p>Tea Pritaminos sajtkrém Kenyér Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 7,12</p> <p>EN: 161 ZS: 2,2 TZS: 1,3 FH: 2,4 SZH:31,9 CK: 9 SÓ: 0,9</p>	<p>Karamellás tej Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 307 ZS: 5,8 TZS: 2,4 FH:6,3 SZH:53,1 CK: 21,9 SÓ: 1,3</p>	<p>Tea Majonézes tonhalkrém Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 3,4,6,10,12</p> <p>EN: 173 ZS: 3,6 TZS: 0,4 FH: 3,7 SZH:30,5 CK: 8,9 SÓ: 0,9</p>	<p>Tea Főtt tojás Margarin Kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 3,12</p> <p>EN: 178 ZS: 4 TZS: 1,2 FH: 2,5 SZH: 30,7 CK: 8,5 SÓ: 0,8</p>		
EBÉD	<p>Tarhonyaleves Natúr csirke csíkok Finomfőzelék Kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 7,10,12</p> <p>EN:441 ZS: 12,6 TZS: 2,5 FH: 17,3 SZH:61 CK:16,6 SÓ: 0,8</p>	<p>Sertés húsgombóc leves Burgonyás tészta Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 3,9,10,12</p> <p>EN: 431 ZS: 16,3 TZS: 2,9 FH: 10,3 SZH:58,3 CK: 3,2 SÓ: 2,2</p>	<p>Tojásleves Erdélyi rakott káposzta Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 3,7,10,12</p> <p>EN: 418 ZS: 20,6 TZS: 6,9 FH:14,2 SZH:39,5 CK: 4,7 SÓ: 3,3</p>	<p>Paradicsomleves Rántott sertésszelet Petrezselymes burgonya Csalamádé</p> <p><u>Allergének:</u> 3,10,12</p> <p>EN: 599 ZS: 20,1 TZS: 3,1 FH: 20,8 SZH:80,3 CK: 15,5 SÓ: 1,4</p>	<p>ZöldborsókréMLEVES Kenyérkocka Csíkos sertés tokány Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 7,10,12</p> <p>EN: 494 ZS: 19,4 TZS: 5,6 FH: 17 SZH: 61,4 CK: 1,2 SÓ: 1,2</p>		
UZSONNA	<p>Kenőmájas Kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:141 ZS: 3,7 TZS: 1,7 FH: 2 SZH:23,7 CK:1,5 SÓ: 1,1</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 166 ZS: 6,9 TZS: 2,5 FH: 2,4 SZH:22,7 CK: 1,3 SÓ: 1,2</p>	<p>Pulykasonka Margarin Kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 6</p> <p>EN: 140 ZS: 3,3 TZS: 1 FH:3,3 SZH:23,3 CK: 1,3 SÓ: 1,3</p>	<p>Edami sajt Margarin Kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 177 ZS: 6,7 TZS: 3,8 FH: 5,5 SZH:23 CK: 1,3 SÓ: 1,2</p>	<p>Erdei gyümölcsös joghurt Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 284 ZS: 4,9 TZS: 2,7 FH: 4,7 SZH: 53,8 CK: 19,7 SÓ: 1,1</p>		

Allergénjelölés magyarázata: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Ráklélék; 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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról érdeklődő 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.