

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

BALATONFÜRED

Cukorbeteg
Óvodás

2021. 05. 31.–2021. 06. 06.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Extra dzsem édesítőszerrel Margarin Abonett</p> <p><u>Allergének:</u> 6,7</p> <p>EN:156 ZS: 4,8 TZS: 2 FH: 6,7 SZH:18,6 CK:9,7 SÓ: 0,4</p>	<p>Gyümölcsstea édesítőszerrel Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 154 ZS: 3,3 TZS: 1,7 FH: 7,2 SZH:22,1 CK: 0,6 SÓ: 0,6</p>	<p>Gyümölcsstea édesítőszerrel Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 161 ZS: 5,5 TZS: 0,7 FH:3,3 SZH:22,9 CK: 1,1 SÓ: 0,7</p>	<p>Gyümölcsstea édesítőszerrel Extra dzsem édesítőszerrel Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 108 ZS: 2,4 TZS: 0,7 FH: 2,3 SZH:18,2 CK: 3 SÓ: 0,5</p>	<p>Gyümölcsstea édesítőszerrel Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 154 ZS: 4 TZS: 2,3 FH: 6,5 SZH: 21,5 CK: 1,3 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>Magyaros burgonyaleves Zöldséges szárnyas ragu Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN:348 ZS: 9,9 TZS: 1,6 FH: 16,3 SZH:46,9 CK:0,6 SÓ: 2,1</p>	<p>Zöldségleves Csirkepörkölt Tökfőzelék édesítőszerrel Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,11</p> <p>EN: 441 ZS: 18,4 TZS: 4,1 FH: 18,8 SZH:45,3 CK: 8,1 SÓ: 1,5</p>	<p>Tárkonyos csirke raguleves Meggymártás édesítőszerrel Főtt sertés szelet Főtt burgonya</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 470 ZS: 15,9 TZS: 3,7 FH:28,8 SZH:47,2 CK: 9,6 SÓ: 0,3</p>	<p>Brokkoli krémleves Köles golyó Bácskai rizses hús Csemege uborka édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 440 ZS: 20,3 TZS: 5,5 FH: 17,8 SZH:45,8 CK: 1,8 SÓ: 1,1</p>	<p>Körteleves édesítőszerrel Sertéssült Petrezselymes burgonya Csemege uborka édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 431 ZS: 19,3 TZS: 4,8 FH: 18,9 SZH: 39,5 CK: 11,2 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>
---	--	---	---	---	--	--

UZSONNA

<p>Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:149 ZS: 4,2 TZS: 1,8 FH: 5 SZH:21,6 CK:0,5 SÓ: 1</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 172 ZS: 7,2 TZS: 2,7 FH: 5,3 SZH:20,5 CK: 0,3 SÓ: 1</p>	<p>Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 161 ZS: 5,7 TZS: 1,9 FH:5 SZH:21,3 CK: 0,4 SÓ: 1,1</p>	<p>Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 168 ZS: 5,6 TZS: 1,9 FH: 5,8 SZH:21,6 CK: 0,3 SÓ: 1,1</p>	<p>Alma Sós kukoricapehely</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 121 ZS: 2,7 TZS: 0,3 FH: 2,4 SZH: 20,9 CK: 8,7 SÓ: 0,2</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 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.



DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

BALATONFÜRED

Cukorbeteg
Óvodás

2021. 06. 07.–2021. 06. 13.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Extra dzsem édesítőszerrel Margarin Abonett	Gyümölcsstea édesítőszerrel Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcsstea édesítőszerrel Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Réphasáb	Gyümölcsstea édesítőszerrel Extra dzsem édesítőszerrel Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcsstea édesítőszerrel Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér		
<u>Allergének:</u> 6,7	<u>Allergének:</u> 1,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,8,10,12	<u>Allergének:</u> 1,12	<u>Allergének:</u> 1,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:156 ZS: 4,8 TZS: 2 FH: 6,7 SZH:18,6 CK:9,7 SÓ: 0,4	EN: 150 ZS: 3,8 TZS: 1,4 FH: 6,1 SZH:21,5 CK: 0,9 SÓ: 1,1	EN: 150 ZS: 3,4 TZS: 1,5 FH:4,9 SZH:22,6 CK: 0,8 SÓ: 0,8	EN: 108 ZS: 2,4 TZS: 0,7 FH: 2,3 SZH:18,2 CK: 3 SÓ: 0,5	EN: 146 ZS: 3,7 TZS: 1,2 FH: 6 SZH: 20,9 CK: 0,5 SÓ: 1,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Kertészleves Pincepörkölt Csemege uborka édesítőszerrel	Karfiol krémleves Tejszínes pritamínos csirkeragu Párolt rizs	Csirkegulyás Darás metélt Extra dzsem édesítőszerrel	Lebbencsleves Zöldborsófőzelék édesítőszerrel Sertés aprópecsenye Alma	Paradicsomleves édesítőszerrel Roston sült csirkemell Petrezselymes burgonya Csemege uborka édesítőszerrel		
<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,11,12	<u>Allergének:</u> 1,7,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:351 ZS: 8,5 TZS: 1,3 FH: 20,2 SZH:44,5 CK:1,4 SÓ: 2,8	EN: 369 ZS: 13 TZS: 3,1 FH: 16,9 SZH:42,6 CK: 2 SÓ: 2,1	EN: 347 ZS: 10,8 TZS: 1,6 FH:17,6 SZH:43,6 CK: 4,4 SÓ: 0,3	EN: 481 ZS: 21,3 TZS: 5,3 FH: 22,6 SZH:46,3 CK: 9,6 SÓ: 1,2	EN: 422 ZS: 14,4 TZS: 1,7 FH: 24,8 SZH: 44,3 CK: 5,4 SÓ: 2,2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma	Trappista sajszelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek	Köles golyó		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:154 ZS: 4,5 TZS: 2,7 FH: 4,4 SZH:22,5 CK:0,8 SÓ: 0,7	EN: 222 ZS: 10,3 TZS: 5,8 FH: 10,1 SZH:20,9 CK: 0,4 SÓ: 1,2	EN: 165 ZS: 5,7 TZS: 1,9 FH:5,3 SZH:21,9 CK: 0,4 SÓ: 1,1	EN: 170 ZS: 5,5 TZS: 1,6 FH: 5,8 SZH:21,6 CK: 0,4 SÓ: 1,1	EN: 109 ZS: 1,2 TZS: 0,1 FH: 3,3 SZH: 21 CK: 0,2 SÓ: 0,2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	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. Szezámmag; 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!

BALATONFÜRED

Cukorbeteg
Óvodás

2021. 06. 14.–2021. 06. 20.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Extra dzsem édesítőszerrel Margarin Abonett	Tej Brokkolis zöldségpástétom Teljes kiőrlésű kenyér	Tej Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcsstea édesítőszerrel Zöldfűszeres túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcsstea édesítőszerrel Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér		
<u>Allergének:</u> 6,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:156 ZS: 4,8 TZS: 2 FH: 6,7 SZH:18,6 CK:9,7 SÓ: 0,4	EN: 157 ZS: 3 TZS: 1,5 FH: 6,6 SZH:22,4 CK: 7,1 SÓ: 0,6	EN: 170 ZS: 4,6 TZS: 2 FH:6,6 SZH:22,3 CK: 7,1 SÓ: 0,7	EN: 149 ZS: 2,9 TZS: 1,7 FH: 7 SZH:21,7 CK: 0,6 SÓ: 0,6	EN: 155 ZS: 4,4 TZS: 1,3 FH: 5,2 SZH: 20,7 CK: 0,5 SÓ: 0,7	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Frankfurti leves Mákos metélt édesítőszerrel	Alföldi tésztaleves Csirkepörkölt Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldségleves Roston halfilé Sárgarépás rizs Csemege uborka édesítőszerrel	Húsleves Főtt sertés szelet Gyümölcsmártás édesítőszerrel Pírtott dara	Zellerkrémleves Köles golyó Bolognai spagetti édesítőszerrel Reszelt sajt		
<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,8,9,10,11,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9,10,11,12	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:514 ZS: 27,1 TZS: 5,3 FH: 20 SZH:46 CK:3,1 SÓ: 1,1	EN: 391 ZS: 11,6 TZS: 2,8 FH: 18,6 SZH:47,8 CK: 0,9 SÓ: 1,6	EN: 410 ZS: 17,9 TZS: 2,4 FH:18,8 SZH:42,8 CK: 1,2 SÓ: 2,2	EN: 382 ZS: 16,5 TZS: 5,1 FH: 15,6 SZH:40,1 CK: 0,3 SÓ: 0,2	EN: 564 ZS: 31,3 TZS: 9,7 FH: 23,9 SZH: 46 CK: 5,4 SÓ: 3,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Saláta levél	Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Reszelt sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek	Alma Margarin Teljes kiőrlésű kenyér		
<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:149 ZS: 4,2 TZS: 1,8 FH: 5 SZH:21,6 CK:0,5 SÓ: 1	EN: 177 ZS: 7,4 TZS: 2,6 FH: 5,5 SZH:20,8 CK: 0,3 SÓ: 1	EN: 168 ZS: 5,6 TZS: 1,9 FH:5,8 SZH:21,6 CK: 0,3 SÓ: 1,1	EN: 223 ZS: 10,3 TZS: 5,8 FH: 10,2 SZH:21 CK: 0,4 SÓ: 1,3	EN: 100 ZS: 2,2 TZS: 0,7 FH: 1,9 SZH: 17,3 CK: 7,1 SÓ: 0,4	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	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.



DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

BALATONFÜRED

Cukorbeteg
Óvodás

2021. 06. 21.–2021. 06. 27.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Extra dzsem édesítőszerrel Margarin Abonett</p> <p><u>Allergének:</u> 6,7</p> <p>EN:156 ZS: 4,8 TZS: 2 FH: 6,7 SZH:18,6 CK:9,7 SÓ: 0,4</p>	<p>Tej Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 170 ZS: 4,6 TZS: 2 FH: 6,6 SZH:22,3 CK: 7,1 SÓ: 0,7</p>	<p>Gyümölcsstea édesítőszerrel Mediterrán halkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,7,8,10,12</p> <p>EN: 149 ZS: 4 TZS: 2,2 FH:5,5 SZH:21,3 CK: 1,1 SÓ: 0,8</p>	<p>Gyümölcsstea édesítőszerrel Kockasajt Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 202 ZS: 8,8 TZS: 5,5 FH: 6,9 SZH:22,5 CK: 1,9 SÓ: 1,5</p>	<p>Gyümölcsstea édesítőszerrel Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,10,12</p> <p>EN: 146 ZS: 3,4 TZS: 1,5 FH: 4,7 SZH: 22 CK: 0,8 SÓ: 0,7</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>
---	---	--	---	---	--	--

EBÉD

<p>Tojásleves Kukoricás csirkeragu Párolt rizs Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</p> <p>EN:409 ZS: 15,2 TZS: 2,3 FH: 20,4 SZH:46,4 CK:8,1 SÓ: 2,4</p>	<p>Kertészleves Paradicsommártás édesítőszerrel Pirított csirkecsíkok Főtt burgonya</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,11,12</p> <p>EN: 370 ZS: 13,5 TZS: 2 FH: 21,3 SZH:38,2 CK: 3,3 SÓ: 2,1</p>	<p>Sertés gulyásleves Káposztás kocka édesítőszerrel Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12</p> <p>EN: 437 ZS: 18,7 TZS: 4,3 FH:17,7 SZH:48,8 CK: 9,3 SÓ: 0,3</p>	<p>Daragaluska leves Füstölt főtt tarja Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10</p> <p>EN: 421 ZS: 23,6 TZS: 8,2 FH: 19,6 SZH:39,7 CK: 1,6 SÓ: 2,2</p>	<p>Erdei gyümölcs krémleves édesítőszerrel Gyros csirkecsíkok pirított burgonyával Friss saláta joghurtos öntettel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 487 ZS: 20,5 TZS: 4,3 FH: 23,6 SZH: 46,8 CK: 5,7 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>
---	---	---	---	--	--	--

UZSONNA

<p>Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Répahasáb</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,8,12</p> <p>EN:156 ZS: 5 TZS: 2,8 FH: 3,8 SZH:22,5 CK:0,8 SÓ: 0,9</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 145 ZS: 3,4 TZS: 1 FH: 6,2 SZH:21,2 CK: 0,4 SÓ: 1,1</p>	<p>Trappista sajszelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 224 ZS: 10,3 TZS: 5,8 FH:10,2 SZH:21,1 CK: 0,4 SÓ: 1,2</p>	<p>Füstölt baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 166 ZS: 6,1 TZS: 2 FH: 5,5 SZH:21,2 CK: 0,3 SÓ: 1,1</p>	<p>Nektarin Margarin Puffasztott rizs szelet</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 105 ZS: 2,2 TZS: 0,6 FH: 1,3 SZH: 19,3 CK: 11,5 SÓ: 0,2</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 étel 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.



DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

BALATONFÜRED

Cukorbeteg
Óvodás

2021. 06. 28.–2021. 07. 04.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Extra dzsem édesítőszerrel Margarin Abonett</p> <p><u>Allergének:</u> 6,7</p> <p>EN:156 ZS: 4,8 TZS: 2 FH: 6,7 SZH:18,6 CK:9,7 SÓ: 0,4</p>	<p>Gyümölcsstea édesítőszerrel Tojáskarika Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 155 ZS: 4,4 TZS: 1,3 FH: 5,2 SZH:20,7 CK: 0,5 SÓ: 0,7</p>	<p>Gyümölcsstea édesítőszerrel Reszelt sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 221 ZS: 10,3 TZS: 5,8 FH:9,9 SZH:20,7 CK: 0,5 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcsstea édesítőszerrel Zöldségkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN: 123 ZS: 2,1 TZS: 0,6 FH: 3,2 SZH:21,5 CK: 0,8 SÓ: 0,6</p>	<p>Gyümölcsstea édesítőszerrel Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 150 ZS: 3,8 TZS: 1,4 FH: 6,1 SZH: 21,5 CK: 0,9 SÓ: 1,1</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>
---	--	---	--	--	--	--

EBÉD

<p>Hamis gulyásleves Sertés pörkölt Paradicsomos káposzta édesítőszerrel Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12</p> <p>EN:466 ZS: 22,2 TZS: 4,5 FH: 17 SZH:46,6 CK:11,9 SÓ: 2,7</p>	<p>Magyaros zöldborsóleves Rozsdás sertés szelet Tört burgonya Uborkasaláta édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 475 ZS: 21,3 TZS: 5,2 FH: 19,9 SZH:46,5 CK: 1,1 SÓ: 0,2</p>	<p>Csokonai sertés raguleves Darás metélt Gyümölcs öntet édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 414 ZS: 19,1 TZS: 5,2 FH:15,9 SZH:42,1 CK: 2 SÓ: 0,2</p>	<p>Csirkemájgaluska leves Főtt tojás Parajfőzelék Főtt burgonya</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 433 ZS: 16,9 TZS: 3,4 FH: 17,1 SZH:46,3 CK: 6,1 SÓ: 1,4</p>	<p>Zöldség krémleves Köles golyó Roston halfilé Kukoricás rizs Csalamádé édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,7,9,10,12</p> <p>EN: 474 ZS: 22,2 TZS: 3,5 FH: 21,1 SZH: 46,8 CK: 1,5 SÓ: 2,5</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>
---	---	---	--	---	--	--

UZSONNA

<p>Házi füstölt sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:161 ZS: 4,7 TZS: 2,8 FH: 7 SZH:21,3 CK:0,6 SÓ: 0,9</p>	<p>Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 148 ZS: 4,2 TZS: 1,8 FH: 4,9 SZH:21,5 CK: 0,5 SÓ: 1</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 175 ZS: 7,2 TZS: 2,7 FH:5,5 SZH:20,8 CK: 0,3 SÓ: 1</p>	<p>Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 170 ZS: 5,5 TZS: 1,6 FH: 5,8 SZH:21,6 CK: 0,4 SÓ: 1,1</p>	<p>Nektarin Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 118 ZS: 2,2 TZS: 0,7 FH: 1,9 SZH: 21,7 CK: 11,5 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>
--	---	--	--	--	--	--

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.

