

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

BALATONFÜRED

Gluténmentes
Óvoda

2021. 05. 31.–2021. 06. 06.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Csokis tápiókapuding	Gyümölcsstea Körözött Kenyér Retek	Gyümölcsstea Padlizsánkrém Kenyér Paradicsom	Rizsital Sárgabarack extra dzsem Margarin Kenyér	Gyümölcsstea Sajtkrém Kenyér		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:270 ZS:12,2 TZS:6,4 FH:1,6 SZH:38 CK:28 SÓ:1	EN:170 ZS:2,3 TZS:1,5 FH:4,6 SZH:31,3 CK:8,5 SÓ:0,8	EN:148 ZS:2 TZS:0,6 FH:0,4 SZH:31 CK:8,4 SÓ:0,8	EN:308 ZS:4 TZS:0,9 FH:0,6 SZH:65,3 CK:21 SÓ:1	EN:156 ZS:2,4 TZS:1,5 FH:2,4 SZH:30,2 CK:9 SÓ:0,9	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

EBÉD

Magyaros burgonyaleves Tavaszi csirkeragu rizzsel	Multivitamin 100%-os Tökfőzelék csirke fasírttal Kenyér Alma	Tárkonyos csirke raguleves Párolt sertéskaraj meggymártással főtt burgonyával	Brokkoli krémleves Bácskai rizeshús Csemege uborka édesítőszerrel	Körteleves Fűszeres sertéskaraj petrezselymes burgonya Csemege uborka édesítőszerrel		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:548 ZS:16,8 TZS:4,1 FH:34,4 SZH:64 CK:5,9 SÓ:6,7	EN:622 ZS:25,9 TZS:12,3 FH:20,7 SZH:73,8 CK:39,9 SÓ:5,6	EN:565 ZS:39,9 TZS:11 FH:36,1 SZH:54 CK:23,4 SÓ:3,6	EN:746 ZS:35 TZS:9,7 FH:28,2 SZH:75,9 CK:4,7 SÓ:4,1	EN:604 ZS:24,5 TZS:5,9 FH:24,4 SZH:67,6 CK:26,1 SÓ:2,1	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

UZSONNA

Kenőmájas Kenyér Kígyóuborka	Csemege szalámi Margarin Kenyér	Baromfi párizsi Margarin Kenyér	Soproni felvágott Margarin Kenyér Zöldpaprika	Gyümölcs smoothie Sós kukoricapehely		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:141 ZS:3,7 TZS:1,7 FH:2 SZH:23,7 CK:1,5 SÓ:1,1	EN:164 ZS:6,7 TZS:2,6 FH:2,4 SZH:22,6 CK:1,3 SÓ:1,2	EN:153 ZS:5,2 TZS:1,7 FH:2,1 SZH:23,4 CK:1,4 SÓ:1,3	EN:166 ZS:6,3 TZS:2,3 FH:2,7 SZH:23,6 CK:1,3 SÓ:1,2	EN:233 ZS:2,9 TZS:0,3 FH:2,2 SZH:49,3 CK:27,7 SÓ:0,2	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

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

Gluténmentes
Óvoda

2021. 06. 07.–2021. 06. 13.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Kakaós rizsital
Méz
Margarin
Kukoricás abonett

Allergének:
6

EN:316
ZS: 4,5 TZS: 1,1 FH: 4
SZH:65,1 CK:34,3 SÓ: 0,4

Almás fahéjas zabkása

Allergének:

EN: 214
ZS: 8,2 TZS: 3,6 FH: 2,4
SZH:32 CK: 20 SÓ: 1

Gyümölcsstea
Tojáskrém
Kenyér
Réphasáb

Allergének:
3,10,12

EN: 167
ZS: 2,4 TZS: 0,7 FH:1,8
SZH:32,7 CK: 9,4 SÓ: 0,9

Tej
Gabonapehely

Allergének:
7

EN: 213
ZS: 3,5 TZS: 1,9 FH: 7,1
SZH:34,4 CK: 19,4 SÓ: 0,3

Gyümölcsstea
Pulykasonka
Margarin
Kenyér
Kígyóborka

Allergének:
12

EN: 167
ZS: 3,2 TZS: 1 FH: 3,3
SZH: 30,4 CK: 8,4 SÓ: 1,2

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Almalé 100%-os
Pincepörkölt
Csemege uborka
édesítőszerrel
Kenyér

Allergének:
10,12

EN:720
ZS: 28,4 TZS: 7 FH: 22,6
SZH:87,2 CK:24,6 SÓ: 2,8

Karfiol krémleves
Édes-savanyú csirkeragu
rizsrel

Allergének:

EN: 563
ZS: 15,7 TZS: 3,8 FH: 34,1
SZH:68,2 CK: 14,6 SÓ: 7,9

Babgulyás füstölt hússal
Darás metélt barack öntettel
Alma

Allergének:

EN: 811
ZS: 26,2 TZS: 6,6 FH:29,7
SZH:123 CK: 20,6 SÓ: 2,1

Narancslé 100%-os
Zöldborsófőzelék csirke
fasírttal
Kenyér
Gesztenye Marci

Allergének:
12

EN: 731
ZS: 32,9 TZS: 18,9 FH: 20,4
SZH:83 CK: 21,5 SÓ: 5,3

Paradicsomleves
BBQ csirkemell
Petrezselymes burgonya
Őszibarackbefőtt

Allergének:

EN: 591
ZS: 14,9 TZS: 3,3 FH: 24,7
SZH: 80,8 CK: 37,3 SÓ: 3,7

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Zöldfűszeres margarin
Kenyér
Póréhagyma

Allergének:

EN:129
ZS: 3,1 TZS: 0,9 FH: 0,5
SZH:23,8 CK:1,3 SÓ: 0,8

Trappista sajtszelet
Margarin
Kenyér
Kígyóborka

Allergének:
7

EN: 181
ZS: 7,2 TZS: 4 FH: 4,9
SZH:23 CK: 1,3 SÓ: 1,5

Baromfi párizsi
Margarin
Kenyér
Zöldpaprika

Allergének:

EN: 157
ZS: 5,3 TZS: 1,7 FH:2,3
SZH:24 CK: 1,4 SÓ: 1,3

Zala felvágott
Margarin
Kenyér
Retek

Allergének:

EN: 160
ZS: 5,6 TZS: 2 FH: 2,9
SZH:23,5 CK: 1,4 SÓ: 1,2

Kölesgolyó
Alma

Allergének:

EN: 140
ZS: 1,2 TZS: 0,1 FH: 3,7
SZH: 28 CK: 7,2 SÓ: 0,2

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

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!

BALATONFÜRED

Gluténmentes
Óvoda

2021. 06. 14.–2021. 06. 20.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Kukoricás abonett	Gyümölcsstea Brokkolis zöldségpástétom Kenyér	Tej Vaj Kenyér	Tea Zöldfűszeres túrókrém Kenyér	Tea Főtt tojás Margarin Kenyér		
<u>Allergének:</u> 6,7	<u>Allergének:</u> 12	<u>Allergének:</u> 7	<u>Allergének:</u> 7,10,12	<u>Allergének:</u> 3,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:240 ZS: 5,7 TZS: 2,5 FH: 8,9 SZH:34 CK:22,1 SÓ: 0,5	EN: 174 ZS: 2,4 TZS: 0,3 FH: 0,4 SZH:36,8 CK: 9,3 SÓ: 0	EN: 297 ZS: 11,2 TZS: 6 FH:6,2 SZH:38,8 CK: 11,4 SÓ: 0,3	EN: 214 ZS: 4,4 TZS: 1,8 FH: 4,4 SZH:37,8 CK: 9,5 SÓ: 0	EN: 220 ZS: 5,9 TZS: 1,4 FH: 2,6 SZH: 36,9 CK: 9,4 SÓ: 0,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Frankfurti leves Mákos tészta Nektarin	Alföldi tésztaleves Csirkepörkölt Burgonyafőzelék Kenyér	Almalé 100%-os Rántott halfilé Sárgarépás rizs Csemege uborka	Húsleves Főtt sertés szelet Gyümölcsmártás Pírtott rizsdara	Zellerkrémleves Kölesgolyó Bolognai spagetti Reszelt sajt		
<u>Allergének:</u> 6,7,8,9,10,11,12	<u>Allergének:</u> 7,9,10,12	<u>Allergének:</u> 3,4,10,12	<u>Allergének:</u> 7,9,10	<u>Allergének:</u> 7,9,10	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:592 ZS: 19,8 TZS: 4,3 FH: 11,4 SZH:89,2 CK:33,8 SÓ: 0,9	EN: 445 ZS: 12,3 TZS: 2,8 FH: 16,5 SZH:61,9 CK: 3,7 SÓ: 1,3	EN: 496 ZS: 7,2 TZS: 1,2 FH:18,4 SZH:88,7 CK: 25,1 SÓ: 2,2	EN: 399 ZS: 16,3 TZS: 4,9 FH: 14 SZH:43,6 CK: 8,3 SÓ: 0,2	EN: 594 ZS: 27,1 TZS: 8,8 FH: 19 SZH: 67,3 CK: 7,1 SÓ: 2,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájas Kenyér Kígyóuborka	Paprikás szalámi Margarin Kenyér Saláta levél	Soproni felvágott Margarin Kenyér Zöldpaprika	Edami sajt Margarin Kenyér Retek	Túró desszert Nektarin		
<u>Allergének:</u> 6,7,10	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 6	<u>Allergének:</u> 7	<u>Allergének:</u> 5,6,7,8	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:205 ZS: 7,7 TZS: 0,2 FH: 3 SZH:29,9 CK:2,2 SÓ: 0,3	EN: 214 ZS: 8,9 TZS: 2,7 FH: 2,8 SZH:29,9 CK: 2,2 SÓ: 0,5	EN: 206 ZS: 7,1 TZS: 1,9 FH:3,1 SZH:30,6 CK: 2,2 SÓ: 0,5	EN: 254 ZS: 11 TZS: 5,6 FH: 8,4 SZH:30 CK: 2,1 SÓ: 0,7	EN: 131 ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH: 1,8 SZH: 20,4 CK: 19,3 SÓ: 0	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. Csillagfürt; 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

Gluténmentes
Óvoda

2021. 06. 21.–2021. 06. 27.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej
Méz
Margarin
Kukoricás abonett

Allergének:
6,7

EN:248
ZS: 5,7 TZS: 2,5 FH: 8,9
SZH:37,7 CK:25,9 SÓ: 0,5

Kakaós rizsital
Margarin
Kenyér

Allergének:

EN: 359
ZS: 5,7 TZS: 1,3 FH: 1,6
SZH:74,5 CK: 22,9 SÓ: 0,3

Tea
Mediterrán halkrém
Kenyér

Allergének:
4,7,8,10,12

EN: 214
ZS: 5,5 TZS: 2,3 FH:2,9
SZH:37,4 CK: 10 SÓ: 0,2

Gyümölcsstea
Kockasajt
Kenyér

Allergének:
7,12

EN: 237
ZS: 7,7 TZS: 4 FH: 3,1
SZH:38 CK: 10,3 SÓ: 0,6

Tea
Tojáskrém
Kenyér

Allergének:
3,7,8,10,12

EN: 213
ZS: 4,8 TZS: 1,6 FH: 2
SZH: 38,1 CK: 10,6 SÓ: 0,1

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Tojásleves
Kukoricás csirkeragu
Párolt rizs
Alma

Allergének:
3,10

EN:480
ZS: 15,8 TZS: 2,3 FH: 18,9
SZH:64,5 CK:9,2 SÓ: 1,4

Kertészleves
Húsgombóc
Paradicsommártás
Főtt burgonya
Kenyér

Allergének:
3,9,10,12

EN: 487
ZS: 16,9 TZS: 3,9 FH: 14,7
SZH:66,5 CK: 14 SÓ: 0,4

Sertés gulyásleves
Káposztás tészta
Alma

Allergének:
9,10,12

EN: 475
ZS: 17,5 TZS: 3,8 FH:12,2
SZH:64,8 CK: 10,2 SÓ: 0,2

Kukorica daragaluska leves
Füstölt főtt tarja
Zöldbabfőzelék
Kenyér

Allergének:
3,7,9,10

EN: 358
ZS: 18,7 TZS: 6,4 FH: 13,6
SZH:41,2 CK: 5,4 SÓ: 1,7

Erdei gyümölcsleves
Gyros csirkecsíkok
Pirított burgonya
Friss saláta

Allergének:
3,7,9,10,12

EN: 475
ZS: 18,2 TZS: 2,9 FH: 22,2
SZH: 51,1 CK: 12,5 SÓ: 0,8

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Magyaros vajkrém
Kenyér
Répahasáb

Allergének:
7,8,12

EN:208
ZS: 8 TZS: 3,8 FH: 1,3
SZH:31,7 CK:2,8 SÓ: 0,4

Csirkemell sonka
Margarin
Kenyér
Kígyóuborka

Allergének:

EN: 184
ZS: 4,3 TZS: 0,8 FH: 4
SZH:30,1 CK: 2,1 SÓ: 0,4

Trappista sajt szelet
Margarin
Kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
7

EN: 228
ZS: 9,2 TZS: 4,2 FH:5,2
SZH:30,2 CK: 2,2 SÓ: 0,8

Füstölt baromfi párizsi
Margarin
Kenyér
Retek

Allergének:

EN: 204
ZS: 7,6 TZS: 2,1 FH: 2,8
SZH:30,3 CK: 2,2 SÓ: 0,5

Nektarin
Margarin
Puffasztott rizs szelet

Allergének:

EN: 67
ZS: 2 TZS: 0,6 FH: 0,5
SZH: 11,5 CK: 11,4 SÓ: 0,1

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

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 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 ételtek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

BALATONFÜRED

Gluténmentes
Óvoda

2021. 06. 28.–2021. 07. 04.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Kukoricás abonett	Tea Főtt tojás Margarin Kenyér	Tea Reszelt sajt Margarin Kenyér	Tea Barackos túrókrém Kenyér	Tea Gépsonka Margarin Kenyér		
<u>Allergének:</u> 6,7	<u>Allergének:</u> 3,12	<u>Allergének:</u> 7,12	<u>Allergének:</u> 7,12	<u>Allergének:</u> 6,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:240 ZS: 5,7 TZS: 2,5 FH: 8,9 SZH:34 CK:22,1 SÓ: 0,5	EN: 220 ZS: 5,9 TZS: 1,4 FH: 2,6 SZH:36,9 CK: 9,4 SÓ: 0,1	EN: 253 ZS: 9,2 TZS: 4,2 FH:5 SZH:36,8 CK: 9,4 SÓ: 0,5	EN: 221 ZS: 3,8 TZS: 1,4 FH: 3,8 SZH:41,8 CK: 13,7 SÓ: 0	EN: 207 ZS: 5,1 TZS: 1,1 FH: 3,4 SZH: 37,4 CK: 9,4 SÓ: 0,5	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Hamis gulyásleves Sertés pörkölt Paradicsomos káposzta főzelék Kenyér Alma	Zöldborsóleves Natúr sertés szelet Rozsdás mártás Tört burgonya Uborkasaláta	Csokoni sertés raguleves Darás metélt Gyümölcs öntet	Csirkemájgaluska leves Főtt tojás Parajfőzelék Főtt burgonya Kenyér	Zöldség krémleves Kölesgolyó Rántott halfilé Kukoricás rizs Csalamádé		
<u>Allergének:</u> 9,10,12	<u>Allergének:</u> 10,12	<u>Allergének:</u> 7,9,10,12	<u>Allergének:</u> 3,7,9,10,12	<u>Allergének:</u> 3,4,7,9,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:540 ZS: 21,9 TZS: 4,5 FH: 15,3 SZH:67,9 CK:22,2 SÓ: 2,6	EN: 543 ZS: 24,6 TZS: 6 FH: 19,5 SZH:57,3 CK: 16 SÓ: 1,2	EN: 501 ZS: 17,5 TZS: 4 FH:10,7 SZH:71,8 CK: 4,8 SÓ: 0,3	EN: 452 ZS: 15,7 TZS: 3,2 FH: 15,3 SZH:56,2 CK: 7,3 SÓ: 1,3	EN: 614 ZS: 11,6 TZS: 2,6 FH: 26,1 SZH: 100 CK: 1,2 SÓ: 2,8	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Házi füstölt sajtkrém Kenyér Zöldpaprika	Kenőmájas Kenyér Saláta levél	Csemege szalámi Margarin Kenyér Kígyóuborka	Zala felvágott Margarin Retek Kenyér	Túró desszert Nektarin		
<u>Allergének:</u> 7	<u>Allergének:</u> 6,7,10	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 6	<u>Allergének:</u> 5,6,7,8	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:199 ZS: 6,2 TZS: 2,9 FH: 4,3 SZH:30,4 CK:2,5 SÓ: 0,3	EN: 204 ZS: 7,7 TZS: 0,2 FH: 3 SZH:29,8 CK: 2,2 SÓ: 0,3	EN: 212 ZS: 8,7 TZS: 2,8 FH:2,9 SZH:29,9 CK: 2,2 SÓ: 0,5	EN: 208 ZS: 7 TZS: 1,7 FH: 3,1 SZH:30,7 CK: 2,2 SÓ: 0,6	EN: 131 ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH: 1,8 SZH: 20,4 CK: 19,3 SÓ: 0	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 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.

