

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST
Kérlek még!

VESZPRÉM

Glutén-tejmentes étrend- Óvoda

2025.09.01.–2025.09.05.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Rizsital Sárgabarack extra dzsem Margarin Kukoricás abonett (6) <u>Allergének:</u> 6 EN:281 ZS:4,7 TZS:1 FH:3,6 SZH:54,7 CK:19,2 SÓ:0,49	Gyümölcsstea Növényi sajtkelesztmény Margarin Kenyer GM Jégcsapretek <u>Allergének:</u> EN:252 ZS:10,1 TZS:7,3 FH:0,7 SZH:38,9 CK:9,3 SÓ:1,56	Gyümölcsstea Zöldfűszeres margarin Kenyer GM Kígyóborka <u>Allergének:</u> EN:180 ZS:4,9 TZS:1,3 FH:0,7 SZH:32,6 CK:9,4 SÓ:0,95	Rizsital Mézes margarin Kenyer GM <u>Allergének:</u> EN:367 ZS:12,8 TZS:5 FH:1 SZH:61,8 CK:15,9 SÓ:1,08	Gyümölcsstea Magyaros margarinkrém (10) Kenyer GM Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 10 EN:182 ZS:4,9 TZS:1,3 FH:0,8 SZH:32,9 CK:9,4 SÓ:1,18
EBÉD	Rizs daragaluska leves (3,9,10,12) Vadas sertésragu (9,10,12) Spagetti Alma <u>Allergének:</u> 3,9,10,12 EN:456 ZS:15,8 TZS:3 FH:10 SZH:66,5 CK:14,3 SÓ:0,96	Eperkrémleves (10,12) Paprikás burgonya virslivel (10,12) Cékla savanyúság (10) Kenyer GM <u>Allergének:</u> 10,12 EN:532 ZS:15,5 TZS:5,9 FH:10,5 SZH:83,5 CK:30 SÓ:3,12	Brokkolikrémleves (10,12) Pirított kenyérkocka Karfiolfasírt (10) Petrezselymes rizs (12) Csemegeuborka (10,12) <u>Allergének:</u> 10,12 EN:445 ZS:12,2 TZS:2 FH:8,8 SZH:73,4 CK:6,4 SÓ:1,89	Tarhonyaleves (10,12) Csirkepörkölt (10,12) Tökfőzelék (12) Kenyer GM <u>Allergének:</u> 10,12 EN:384 ZS:9 TZS:1,3 FH:12,9 SZH:58,6 CK:11,4 SÓ:2,1	Paradicsomleves (9,10,12) Rántott halfilé (3,4,10) Rizibizi (10,12) Házi vegyes saláta (10,12) <u>Allergének:</u> 3,4,9,10,12 EN:573 ZS:11,4 TZS:1,6 FH:18,9 SZH:96,7 CK:21,5 SÓ:0,8
UZSONNA	Növényi sajtkrém Kenyer GM Zöldpaprika <u>Allergének:</u> EN:189 ZS:7,8 TZS:6,4 FH:0,7 SZH:28 CK:2,9 SÓ:1,15	Sertéspárizsi Margarin Kenyer GM <u>Allergének:</u> EN:172 ZS:6,5 TZS:2,1 FH:2,7 SZH:25,1 CK:2 SÓ:1,23	Alma Kakaós muffin <u>Allergének:</u> EN:201 ZS:2,8 TZS:2,2 FH:2 SZH:40,6 CK:28,7 SÓ:0,43	Gépsonka Margarin Kenyer GM Kígyóborka <u>Allergének:</u> EN:157 ZS:4,1 TZS:1,2 FH:3,7 SZH:25,8 CK:2,4 SÓ:1,41	Növényi sajtkrém Kenyer GM <u>Allergének:</u> EN:183 ZS:7,8 TZS:6,4 FH:0,4 SZH:27,1 CK:2,5 SÓ:1,14

Allergenjelölés 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-mag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgáló személyeztetnél! Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézésed kérjük, megértésed köszönjük. A 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A **HÚSMENTES NAP**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST
Kérlek még!

VESZPRÉM

Glutén-tejmentes étrend- Óvoda

2025.09.08.–2025.09.12.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Rizsital Szamóca extra dzsem Margarin Kukoricás abonett (6) <u>Allergének:</u> 6 EN:282 ZS:4,7 TZS:1 FH:3,6 SZH:54,7 CK:19,4 SÓ:0,49	Rizsital Mézes margarin Kenyér GM <u>Allergének:</u> EN:367 ZS:12,8 TZS:5 FH:1 SZH:61,8 CK:15,9 SÓ:1,08	Kakaós rizsital Édes puding Kenyér GM <u>Allergének:</u> EN:344 ZS:2,8 TZS:0,6 FH:1,7 SZH:77,2 CK:26,4 SÓ:1,06	Gyümölcsstea Növényi sajtkrém Kenyér GM Paradicsom <u>Allergének:</u> EN:218 ZS:7,8 TZS:6,4 FH:0,6 SZH:35,3 CK:9,9 SÓ:1,15	Gyümölcsstea Soproni felvágott Margarin Kenyér GM Kígyóborka <u>Allergének:</u> EN:208 ZS:6,7 TZS:2,2 FH:3,1 SZH:33,2 CK:9,6 SÓ:1,3
EBÉD	Almalé 100%-os Bácskai rizseshús (10,12) Csemegeuborka (10,12) <u>Allergének:</u> 10,12 EN:448 ZS:15,6 TZS:4,1 FH:10,9 SZH:64,7 CK:26,5 SÓ:1,29	Zöldségleves (10,12) Főtt tojás (3) Zöldborsófőzelék Körte Kenyér GM <u>Allergének:</u> 3,10,12 EN:445 ZS:6,2 TZS:1,6 FH:18,2 SZH:70,7 CK:16,8 SÓ:1,18	Köménymaglevés (10,12) Pirított kenyérkocka Párolt sertésszelet, karajból (10) Meggymártás (10) Pirított rizsdara <u>Allergének:</u> 10,12 EN:506 ZS:14,3 TZS:1 FH:12,2 SZH:79,1 CK:26,6 SÓ:1,11	Babgulyás (9,10,12) Tejberizs rizsitalal Kakaós szórát <u>Allergének:</u> 9,10,12 EN:450 ZS:7,6 TZS:2,1 FH:10,3 SZH:84,8 CK:30,6 SÓ:0,53	Fokhagyma krémleves (10) Pirított kenyérkocka Bolognai sertésragu (9,10,12) Spagetti Reszelt növényi sajtptótló <u>Allergének:</u> 9,10,12 EN:581 ZS:24,9 TZS:10,5 FH:13,8 SZH:67,4 CK:9,4 SÓ:1,81
UZSONNA	Kenőmájás Kenyér GM Paradicsom <u>Allergének:</u> EN:172 ZS:5,7 TZS:1,9 FH:3,2 SZH:26,3 CK:2,5 SÓ:1,13	Margarin Kenyér GM Kígyóborka <u>Allergének:</u> EN:131 ZS:2,9 TZS:0,7 FH:0,7 SZH:25,1 CK:1,9 SÓ:0,87	Füstölt pulykapárizsi Margarin Kenyér GM Zöldpaprika <u>Allergének:</u> EN:176 ZS:6,3 TZS:2 FH:2,9 SZH:26 CK:2,3 SÓ:1,27	Paprikás szalámi Margarin Kenyér GM <u>Allergének:</u> EN:177 ZS:7,2 TZS:2,4 FH:2,7 SZH:24,9 CK:2,1 SÓ:1,2	Vaníliás szójadesszert (6) Kenyér GM <u>Allergének:</u> 6 EN:220 ZS:3,1 TZS:0,5 FH:4,4 SZH:42,4 CK:15,7 SÓ:0,91

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. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzetnél! Az ételapváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézését kérjük, megértésed köszönjük. A 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A **HÜSMENTES NAP**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

VESZPRÉM

Glutén-tejmentes étrend- Óvoda

2025.09.15.–2025.09.19.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Rizsital Sárgabarack extra dzsem Margarin Kukoricás abonett (6) <u>Allergének:</u> 6 EN:281 ZS:4,7 TZS:1 FH:3,6 SZH:54,7 CK:19,2 SÓ:0,49	Rizsital Kakaós gabonapehely (6) <u>Allergének:</u> 6 EN:221 ZS:3,3 TZS:0,4 FH:1,8 SZH:44,8 CK:11,2 SÓ:0,36	Gyümölcsstea Magyaros margarinkrém (10) Kenyér GM <u>Allergének:</u> 10 EN:179 ZS:4,9 TZS:1,3 FH:0,6 SZH:32,5 CK:9,4 SÓ:1,14	Vanília szójadesszert (6) Kenyér GM <u>Allergének:</u> 6 EN:220 ZS:3,1 TZS:0,5 FH:4,4 SZH:42,4 CK:15,7 SÓ:0,91	Gyümölcsstea Tojáskrém (3,10) Kenyér GM Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 3,10 EN:199 ZS:3,9 TZS:0,7 FH:2,6 SZH:36,3 CK:10,7 SÓ:0,89
EBÉD	Hamisgulyás (9,10,12) Káposztás tészta (10,12) Porcukor szórát Szőlő <u>Allergének:</u> 9,10,12 EN:493 ZS:7,7 TZS:0,8 FH:5,8 SZH:96,2 CK:44 SÓ:0,39	Zöldborsóleves (9,10,12) Húsgombóc (3,10,12) Paradicsommártás (9,10,12) Főtt burgonya (12) Kenyér GM <u>Allergének:</u> 3,9,10,12 EN:502 ZS:15,3 TZS:3,7 FH:15,9 SZH:70,9 CK:15,7 SÓ:1,52	Zöldségkrémleves (9,10,12) Pirított kenyérkocka Tarhonyás hús (10,12) Cékla savanyúság (10) <u>Allergének:</u> 9,10,12 EN:399 ZS:11,9 TZS:3 FH:10,5 SZH:60 CK:7,4 SÓ:1,58	Rizs daragaluska leves (3,9,10,12) Virsl Finomfőzelék Alma Kenyér GM <u>Allergének:</u> 3,9,10,12 EN:516 ZS:18,3 TZS:6,1 FH:17,5 SZH:67,2 CK:20,5 SÓ:2,31	Őszibarack krémleves (10,12) Rántott halfilé (3,4,10) Kukoricás rizs (10,12) Káposztasaláta (10,12) <u>Allergének:</u> 3,4,10,12 EN:539 ZS:8,6 TZS:1,3 FH:15,7 SZH:99,5 CK:28,1 SÓ:1,19
UZSONNA	Zöldségkrém (10) Kenyér GM Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 10 EN:137 ZS:2,5 TZS:0,5 FH:1,2 SZH:26,6 CK:2,5 SÓ:0,87	Növényi sajt készítmény Margarin Kenyér GM Paradicsom <u>Allergének:</u> EN:223 ZS:10,1 TZS:7,3 FH:0,7 SZH:31,8 CK:1,9 SÓ:1,53	Gépsonka Margarin Kenyér GM Kígyóborka <u>Allergének:</u> EN:157 ZS:4,1 TZS:1,2 FH:3,7 SZH:25,8 CK:2,4 SÓ:1,41	Baromfi párizsi Margarin Kenyér GM Jégcsapretek <u>Allergének:</u> EN:167 ZS:5,7 TZS:1,4 FH:3,1 SZH:25,4 CK:2 SÓ:1,32	Növényi sajt krém Kenyér GM <u>Allergének:</u> EN:183 ZS:7,8 TZS:6,4 FH:0,4 SZH:27,1 CK:2,5 SÓ:1,14

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-mag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgáló személyzetnél! Az ételváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézését kérjük, megértésed köszönjük. A 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A HÚSMENTES NAP
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST
Kérlek még!

VESZPRÉM

Glutén-tejmentes étrend- Óvoda

2025.09.22.–2025.09.26.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Rizsital Sárgabarack extra dzsem Margarin Kukoricás abonett (6) <u>Allergének:</u> 6 EN:281 ZS:4,7 TZS:1 FH:3,6 SZH:54,7 CK:19,2 SÓ:0,49	Gyümölcsstea Édes rögöskrémm vegaföllel Kenyér GM <u>Allergének:</u> EN:200 ZS:5,3 TZS:4 FH:0,7 SZH:36,7 CK:12,6 SÓ:0,81	Gyümölcsstea Zala felvágott Margarin Kenyér GM <u>Allergének:</u> EN:202 ZS:6,3 TZS:2,1 FH:3,1 SZH:32,6 CK:9,4 SÓ:1,18	Kakaós rizsital Margarin Kenyér GM <u>Allergének:</u> EN:329 ZS:4,6 TZS:1,2 FH:1,7 SZH:69,7 CK:22,7 SÓ:1,11	Gyümölcsstea Füstölt pulykapárizsi Margarin Kenyér GM <u>Allergének:</u> EN:200 ZS:6,3 TZS:2 FH:2,7 SZH:32,5 CK:9,4 SÓ:1,26
EBÉD	Édes gyökekrémleves (9,10,12) Pírtott kenyérkocka Zöldborsós csirkeragu (10,12) Párolt rizs (12) Káposztasaláta (10,12) <u>Allergének:</u> 9,10,12 EN:545 ZS:14,5 TZS:2,7 FH:22,9 SZH:74 CK:10,1 SÓ:1,7	Lebbensleves (10,12) Sertésfasírt (3,10,12) Fejlett babfőzelék (10,12) Szilva Kenyér GM <u>Allergének:</u> 3,10,12 EN:679 ZS:22 TZS:5,1 FH:22,6 SZH:94 CK:18,2 SÓ:2,21	Csirkeraguleves (9,10,12) Darásmetélt Eperöntet (10,12) <u>Allergének:</u> 9,10,12 EN:429 ZS:10,2 TZS:1 FH:9,8 SZH:71,3 CK:13,5 SÓ:0,69	Csontleves (10,12) Főtt tojás (3) Parajmártás (10) Főtt burgonya (12) Kenyér GM Gesztenyerúd <u>Allergének:</u> 3,10,12 EN:427 ZS:10,1 TZS:3,7 FH:12,1 SZH:65,2 CK:9,3 SÓ:1,26	Paradicsomleves (9,10,12) Rántott csirkemell (3) Rizibizi (10,12) Házi vegyes saláta (10,12) <u>Allergének:</u> 3,9,10,12 EN:579 ZS:11,2 TZS:1,5 FH:26,7 SZH:90,6 CK:21,5 SÓ:1,05
UZSONNA	Kenőmájás Kenyér GM Újhagyma <u>Allergének:</u> EN:176 ZS:5,7 TZS:1,9 FH:3,2 SZH:27,1 CK:2,5 SÓ:1,13	Csemege szalámi Margarin Kenyér GM Jégcsapretek <u>Allergének:</u> EN:180 ZS:7,3 TZS:2,4 FH:2,6 SZH:25,3 CK:2 SÓ:1,29	Margarin Kenyér GM Kígyóborka <u>Allergének:</u> EN:131 ZS:2,9 TZS:0,7 FH:0,7 SZH:25,1 CK:1,9 SÓ:0,87	Növényi sajtkecszítmény Margarin Kenyér GM Paradicsom <u>Allergének:</u> EN:223 ZS:10,1 TZS:7,3 FH:0,7 SZH:31,8 CK:1,9 SÓ:1,53	Sós tallér Alma <u>Allergének:</u> EN:115 ZS:1,7 TZS:0 FH:0,7 SZH:23,7 CK:7 SÓ:0,01

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. Puhatestűk. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzetnél! Az ételapváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézésed kérjük, megértésed köszönjük. A 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A **HÚSMENTES NAP**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST
Kérlek még!

VESZPRÉM

Glutén-tejmentes étrend- Óvoda

2025.09.29.–2025.10.03.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Rizsital Szamóca extra dzsem Margarin Kukoricás abonett (6) <u>Allergének:</u> 6 EN:282 ZS:4,7 TZS:1 FH:3,6 SZH:54,7 CK:19,4 SÓ:0,49	Gyümölcstea Magyaros margarinkrém (10) Kenyér GM <u>Allergének:</u> 10 EN:179 ZS:4,9 TZS:1,3 FH:0,6 SZH:32,5 CK:9,4 SÓ:1,14	Gyümölcstea Tojáskrém (3,10) Kenyér GM Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 3,10 EN:199 ZS:3,9 TZS:0,7 FH:2,6 SZH:36,3 CK:10,7 SÓ:0,89	Gyümölcstea Növényi sajt készítmény Margarin Kenyér GM <u>Allergének:</u> EN:249 ZS:10,1 TZS:7,3 FH:0,5 SZH:38,5 CK:9,3 SÓ:1,52	Kakaós rizsital Mézes margarin Kenyér GM <u>Allergének:</u> EN:424 ZS:12,5 TZS:5,2 FH:1,8 SZH:76,8 CK:29,7 SÓ:1,08
EBÉD	Brokkolikrémes (10,12) Pirított kenyérkocka Pincepörkölt (10,12) Csmegeuborka (10,12) <u>Allergének:</u> 10,12 EN:335 ZS:10,9 TZS:2,9 FH:12,1 SZH:43,1 CK:5,8 SÓ:1,48	Bableves (9,10,12) Paradisomos tonhalas ragu (4,10,12) Orsótészta Reszelt növényi sajt pótló <u>Allergének:</u> 4,9,10,12 EN:571 ZS:25,6 TZS:8,4 FH:15,9 SZH:61,4 CK:6,5 SÓ:2,21	Zöldséges burgonyaleves (9,10,12) Édes rakott tészta Körte <u>Allergének:</u> 9,10,12 EN:487 ZS:13 TZS:8,1 FH:3,7 SZH:87 CK:26,4 SÓ:0,53	Zöldségleves (10,12) Paradisomos húsos káposzta (10,12) Kenyér GM <u>Allergének:</u> 10,12 EN:343 ZS:11,6 TZS:2,8 FH:10,3 SZH:46,3 CK:15,4 SÓ:1,13	Eperkrémleves (10,12) Natúr sertésszelet karajból (10) Sajtmártás növényi sajttal (10,12) Petrezselymes rizs (12) <u>Allergének:</u> 10,12 EN:523 ZS:14,2 TZS:3,6 FH:13 SZH:82,2 CK:27,8 SÓ:1,23
UZSONNA	Margarin Kenyér GM Zöldpaprika <u>Allergének:</u> EN:135 ZS:2,9 TZS:0,7 FH:0,7 SZH:25,7 CK:2,3 SÓ:0,87	Sertéspárizsi Margarin Kenyér GM Kígyóuborka <u>Allergének:</u> EN:174 ZS:6,5 TZS:2,1 FH:2,9 SZH:25,5 CK:2 SÓ:1,24	Csokoládés szójadesszert (6) Kenyér GM <u>Allergének:</u> 6 EN:230 ZS:3,7 TZS:1,1 FH:4,3 SZH:43,1 CK:16,7 SÓ:0,95	Gépsonka Margarin Kenyér GM Salátalevél <u>Allergének:</u> EN:157 ZS:4,1 TZS:1,2 FH:3,6 SZH:25,7 CK:2,4 SÓ:1,41	Növényi sajt krém Kenyér GM Zöldpaprika <u>Allergének:</u> EN:189 ZS:7,8 TZS:6,4 FH:0,7 SZH:28 CK:2,9 SÓ:1,15

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. **Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgáló személyzetnél! Az ételválogatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézésed kérjük, megértésed köszönjük. A 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A **HÜSMENTES NAP**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.