

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

VESZPRÉM

Tejmentes étrend- Óvoda

2026.03.02.–2026.03.06.

	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 Kakaós gabonapehely <u>Allergének:</u> EN:221 ZS:3,3 TZS:0,4 FH:1,8 SZH:44,8 CK:11,2 SÓ:0,36	Rizsital Magyaros margarinkrém (10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,10 EN:309 ZS:6,6 TZS:1,6 FH:4,4 SZH:55,9 CK:7,4 SÓ:1,31	Vaníliás szójadedszert (6) Zsemle (1) <u>Allergének:</u> 1,6 EN:257 ZS:2,7 TZS:0,4 FH:8,3 SZH:47,5 CK:14,4 SÓ:0,77	Gyümölcsstea Tojáskrém (3,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,3,10 EN:217 ZS:3,7 TZS:0,8 FH:5,9 SZH:37,1 CK:9,1 SÓ:0,81
EBÉD	Hamisgulyás (1,3,9,10,12) Amerikai sajtos tészta (1,3,10) Alma <u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12 EN:443 ZS:14 TZS:5,2 FH:9,2 SZH:67 CK:16,2 SÓ:0,66	Zöldborsóleves (1,6,9,10,12) Székelykáposzta (10,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,6,9,10,12 EN:382 ZS:14,4 TZS:4,5 FH:16 SZH:43,4 CK:4 SÓ:3,07	Zöldségrétegleves (9,10,12) Pirított kenyérkocka (1) Lecsós virsli (10,12) Tarhonya (1,3) <u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12 EN:518 ZS:24,2 TZS:7,3 FH:16,5 SZH:57,2 CK:7,1 SÓ:2,18	Kertészleves (9,10,12) Csirkepörkölt (10,12) Fejlett babfőzelék (10,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Mandarin <u>Allergének:</u> 1,9,10,12 EN:563 ZS:12,1 TZS:1,1 FH:26,1 SZH:80,9 CK:12,4 SÓ:1,85	Almás szilvakrémeleves (10,12) Rántott halfilé (1,3,4,10) Kukoricás rizs (10,12) Káposztasaláta (10,12) <u>Allergének:</u> 1,3,4,10,12 EN:540 ZS:8,2 TZS:1,4 FH:16,6 SZH:99 CK:30,7 SÓ:1,19
UZSONNA	Zöldfűszeres margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1 EN:171 ZS:4,7 TZS:1,4 FH:4,1 SZH:26,6 CK:0,7 SÓ:0,86	Növényi sajtkecsztermény Margarin Félbarna kenyér (1) Paradicsom <u>Allergének:</u> 1 EN:236 ZS:9,8 TZS:7,4 FH:3,9 SZH:32,7 CK:0,6 SÓ:1,39	Gépsonka Margarin Zsemle (1) Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1 EN:194 ZS:3,7 TZS:1,1 FH:7,6 SZH:30,8 CK:1,1 SÓ:1,27	Baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér (1) Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1 EN:180 ZS:5,4 TZS:1,6 FH:6,3 SZH:26,3 CK:0,7 SÓ:1,19	Sós tallér Alma <u>Allergének:</u> EN:115 ZS:1,7 TZS:0 FH:0,7 SZH:23,7 CK:7 SÓ:0,01

Allergenjelölés magyarázata: 1. Glutén 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 ételváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézést 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

Tejmentes étrend- Óvoda

2026.03.09.–2026.03.13.

	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 rögöskrém vegaföllel Zsemle (1) <u>Allergének:</u> 1 EN:237 ZS:4,8 TZS:3,9 FH:4,6 SZH:41,7 CK:11,3 SÓ:0,68	Gyümölcsstea Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1 EN:220 ZS:6 TZS:2,1 FH:6,4 SZH:33,4 CK:7,8 SÓ:1,1	Kakaós rizsital Margarin Zsemle (1) <u>Allergének:</u> 1 EN:366 ZS:4,2 TZS:1,1 FH:5,6 SZH:74,8 CK:21,4 SÓ:0,98	Gyümölcsstea Füstölt pulykapárizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1 EN:217 ZS:6 TZS:2,1 FH:6 SZH:33,3 CK:7,8 SÓ:1,18
EBÉD	Édes gyökekrémleves (9,10,12) Pirított kenyérkocka (1) Zöldborsós csirkeragu (10,12) Párolt rizs (12) Csemegeuborka (10,12) <u>Allergének:</u> 1,9,10,12 EN:476 ZS:12,9 TZS:2,6 FH:18 SZH:67,6 CK:5,9 SÓ:2,05	Lebbencsleves (1,3,10,12) Sertésdagdalt (1,3,10,12) Tököfőzelék (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Narancs <u>Allergének:</u> 1,3,10,12 EN:483 ZS:14,3 TZS:3,5 FH:17,1 SZH:67,8 CK:17,3 SÓ:1,89	Csirkeraguleves (1,3,9,10,12) Darásmetélt (1,3) Eperöntet (10,12) Banán <u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12 EN:547 ZS:10,2 TZS:1,1 FH:17,2 SZH:93,1 CK:22,7 SÓ:0,7	Zöldségleves (1,3,10,12) Főtt tojás (3) Sóska mártás Teljes kiőrlésű kenyér (1) Főtt burgonya (12) Gesztenyerúd <u>Allergének:</u> 1,3,10,12 EN:486 ZS:9,5 TZS:3,7 FH:15,2 SZH:77,6 CK:21,2 SÓ:1,43	Paradicsomleves (1,3,9,10,12) Rántott csirkemell (1,3,10) Rizibizi (10,12) Házi vegyes saláta (10,12) <u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12 EN:602 ZS:12 TZS:1,7 FH:28,8 SZH:92,2 CK:21,2 SÓ:0,76
UZSONNA	Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér (1) Újhagyma <u>Allergének:</u> 1 EN:193 ZS:5,4 TZS:1,9 FH:6,5 SZH:27,9 CK:0,9 SÓ:1,04	Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1 EN:197 ZS:7 TZS:2,5 FH:5,9 SZH:26,1 CK:0,4 SÓ:1,21	Margarin Zsemle (1) Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1 EN:168 ZS:2,5 TZS:0,6 FH:4,6 SZH:30,1 CK:0,6 SÓ:0,73	Növényi sajtkecszítmény Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1 EN:234 ZS:9 TZS:6,5 FH:4 SZH:32,8 CK:0,7 SÓ:1,29	Alma Pizzás ízű kukoricacsna <u>Allergének:</u> EN:120 ZS:0,4 TZS:0,1 FH:2,1 SZH:25,5 CK:7,4 SÓ:0,38

Allergénjelölés magyarázata: 1. Glutén 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 személyeztetnél! Az ételapváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézést 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

Tejmentes étrend- Óvoda

2026.03.16.–2026.03.20.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Rizsital Kakaós gabonapehely <u>Allergének:</u> EN:221 ZS:3,3 TZS:0,4 FH:1,8 SZH:44,8 CK:11,2 SÓ:0,36	Gyümölcstea Magyaros margarinkrém (10) Félbarna kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,10 EN:192 ZS:4,6 TZS:1,4 FH:3,8 SZH:33,3 CK:8 SÓ:1,01	Gyümölcstea Tojáskrém (3,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,3,10 EN:217 ZS:3,7 TZS:0,8 FH:5,9 SZH:37,1 CK:9,1 SÓ:0,81	Rizsital Növényi sajt készítmény Margarin Félbarna kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1 EN:373 ZS:11,8 TZS:7,7 FH:4,2 SZH:61,9 CK:7,6 SÓ:1,64	Rizsital Mézes margarin Félbarna kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1 EN:379 ZS:12,5 TZS:5,1 FH:4,3 SZH:62,6 CK:14,5 SÓ:0,95
EBÉD	Brokkolikrémleves (10,12) Pirított kenyérkocka (1) Pincepörkölt (10,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Vegyes kompót (10,12) <u>Allergének:</u> 1,10,12 EN:484 ZS:11,4 TZS:3 FH:16,1 SZH:73 CK:11,5 SÓ:1,08	Fejlett bableves füstölt hússal (9,10,12) Paradicsomos tonhalas ragu (4,10,12) Orsó tészta (1,3) Reszelt növényi sajt pótló <u>Allergének:</u> 1,3,4,9,10,12 EN:557 ZS:22,3 TZS:8,2 FH:26,5 SZH:59,7 CK:7,9 SÓ:2,44	Zöldséges burgonyaleves (1,3,9,10,12) Gyümölcsös tejberizs Fahéjas porcukor (10) Mandarin <u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12 EN:453 ZS:4,2 TZS:0,5 FH:4,4 SZH:99,1 CK:57,9 SÓ:0,61	Zellerleves (1,6,9,10,12) Paradicsomos húsos káposzta (10,12) Banán Teljes kiőrlésű kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,6,9,10,12 EN:483 ZS:11,3 TZS:2,9 FH:15,2 SZH:74,8 CK:21,9 SÓ:1,3	Gyümölcsleves (10,12) Natúr sertésszelet karajból (10) Sajtmártás növényi sajttal (10,12) Petrezselymes rizs (12) <u>Allergének:</u> 10,12 EN:522 ZS:15,3 TZS:4,1 FH:13,1 SZH:79 CK:25,1 SÓ:1,31
UZSONNA	Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1 EN:153 ZS:2,7 TZS:0,8 FH:4 SZH:26,5 CK:0,7 SÓ:0,78	Sertéspárizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1) Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1 EN:194 ZS:6,1 TZS:2,2 FH:6,3 SZH:27,3 CK:0,4 SÓ:1,05	Csokoládés szójadeszert (6) Zsemle (1) <u>Allergének:</u> 1,6 EN:267 ZS:3,3 TZS:1 FH:8,2 SZH:48,1 CK:15,4 SÓ:0,81	Gépsonka Margarin Zsemle (1) Salátalevél <u>Allergének:</u> 1 EN:193 ZS:3,7 TZS:1,1 FH:7,5 SZH:30,7 CK:1,1 SÓ:1,27	Növényi sajtkrém Teljes kiőrlésű zsemle (1) Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1 EN:209 ZS:7,5 TZS:6,5 FH:4,1 SZH:29,8 CK:1,3 SÓ:0,96

Allergénjelölés magyarázata: 1. Glutén 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 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

Tejmentes étrend- Óvoda

2026.03.23.–2026.03.27.

	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 édes pudingkrém Félbarna kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1 EN:300 ZS:2,8 TZS:0,5 FH:4,3 SZH:63,1 CK:11,3 SÓ:0,93	Gyümölcsstea Édes rögöskrémm vegaföllel Zsemle (1) <u>Allergének:</u> 1 EN:237 ZS:4,8 TZS:3,9 FH:4,6 SZH:41,7 CK:11,3 SÓ:0,68	Gyümölcsstea Mediterrán tonhalkrém (4,10) Zsemle (1) <u>Allergének:</u> 1,4,10 EN:259 ZS:5,6 TZS:0,6 FH:8,5 SZH:41,5 CK:9,3 SÓ:0,89	Gyümölcsstea Főtt tojás (3) Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,3 EN:215 ZS:4,6 TZS:1,4 FH:6,2 SZH:34 CK:8,2 SÓ:0,84
EBÉD	Tarhonyaleves (1,3,10,12) Sertéspörkölt (10,12) Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér (1) Narancs <u>Allergének:</u> 1,3,10,12 EN:541 ZS:9,5 TZS:2,9 FH:23 SZH:83,7 CK:20,8 SÓ:1,12	Sertésraguleves (1,6,9,10,12) Burgonyás tészta (1,3,10,12) Cékla savanyúság (10) <u>Allergének:</u> 1,3,6,9,10,12 EN:401 ZS:13,1 TZS:2,3 FH:12,9 SZH:55,2 CK:7,2 SÓ:1,52	Fokhagyma krémleves (10) Pirított kenyérkocka (1) Zöldségragu (10,12) Petrezselymes rizs (12) Színes vegyessaláta (10,12) <u>Allergének:</u> 1,10,12 EN:418 ZS:8,9 TZS:1,2 FH:9,5 SZH:73,3 CK:8,6 SÓ:1,03	Almalé 100%-os Sertésfasírt (1,3,10,12) Kelkáposztafőzelék (10,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Banán <u>Allergének:</u> 1,3,10,12 EN:574 ZS:13,3 TZS:3,3 FH:17,5 SZH:91,7 CK:29,3 SÓ:1,84	Paradicsomleves (1,3,9,10,12) Natúr sertésszelet karajból (10) Pecsenyelé (10,12) Párolt rizs (12) Fűszeres karotta kukoricával (10,12) <u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12 EN:518 ZS:17,4 TZS:2,4 FH:15,8 SZH:70,6 CK:17,3 SÓ:1,13
UZSONNA	Kenőmájás Zsemle (1) Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1 EN:210 ZS:5,3 TZS:1,8 FH:7,2 SZH:31,4 CK:1,5 SÓ:0,99	Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1) Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1 EN:198 ZS:6,3 TZS:2,3 FH:6,5 SZH:27,6 CK:0,6 SÓ:1,12	Zöldfűszeres margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1 EN:168 ZS:4,6 TZS:1,4 FH:4,1 SZH:26,1 CK:0,4 SÓ:0,9	Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1 EN:197 ZS:6,9 TZS:2,5 FH:6,2 SZH:26 CK:0,5 SÓ:1,12	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

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. Puhatestűk. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzetnél! Az ételváltoztatás 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

Tejmentes étrend- Óvoda

2026.03.30.–2026.04.03.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Rizsital Kakaós gabonapehely <u>Allergének:</u> EN:221 ZS:3,3 TZS:0,4 FH:1,8 SZH:44,8 CK:11,2 SÓ:0,36	Kakaós rizsital Mézes margarin Félbarna kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1 EN:437 ZS:12,2 TZS:5,3 FH:5 SZH:77,6 CK:28,3 SÓ:0,95	Gyümölcsstea Növényi sajtkrém Félbarna kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1 EN:226 ZS:7,5 TZS:6,5 FH:3,7 SZH:35,3 CK:8,6 SÓ:1,01	Gyümölcsstea Tojáskrém (3,10) Zsemle (1) <u>Allergének:</u> 1,3,10 EN:230 ZS:3,4 TZS:0,6 FH:6,2 SZH:40,4 CK:9 SÓ:0,76	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Zellerkrémleves (9,10,12) Pírtott kenyérfocika (1) Tarhonyás hús csirkehússal (1,3,10,12) Csmegeuborka (10,12) <u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12 EN:412 ZS:11,6 TZS:1,5 FH:18,4 SZH:54,1 CK:5,8 SÓ:2,05	Kertészleves (9,10,12) Fokhagymás sertés aprópecsenye (10,12) Majorannás burgonyafőzelék (10,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,9,10,12 EN:422 ZS:10,8 TZS:2,5 FH:14,4 SZH:62,2 CK:3,2 SÓ:1,02	Csirkeraguleves (1,3,9,10,12) Káposztás tészta (1,3,10,12) Porcukor szórát Répatorota (10,12) Alma <u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12 EN:4205 ZS:92,3 TZS:14,3 FH:43,1 SZH:782,7 CK:382 SÓ:13,04	Hamisgulyás (1,3,9,10,12) Vegetáriánus chilis bab (10,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kakaós muffin <u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12 EN:540 ZS:7,5 TZS:2,8 FH:18,9 SZH:94,6 CK:28,6 SÓ:1,75	ÜNNEPNAP <u>Allergének:</u> EN:0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Magyaros margarinkrém (10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,10 EN:170 ZS:4,6 TZS:1,4 FH:4,1 SZH:26,3 CK:0,4 SÓ:1,09	Zala felvágott Margarin Zsemle (1) Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1 EN:215 ZS:5,9 TZS:2 FH:7,3 SZH:31,1 CK:1 SÓ:1,05	Sertéspárizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1) Salátalevél <u>Allergének:</u> 1 EN:194 ZS:6,1 TZS:2,2 FH:6,2 SZH:27,1 CK:0,4 SÓ:1,05	Növényi sajtkelesztmény Margarin Félbarna kenyér (1) Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1 EN:233 ZS:9,8 TZS:7,4 FH:3,9 SZH:32,2 CK:0,6 SÓ:1,39	<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-mag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgáló személyzetnél! Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézésed kérjük, megértésed köszönjük. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számitott 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.