

DIÉTÁS ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

VESZPRÉM

Glutén-tejmentes étrend- Óvoda

2026.06.01.–2026.06.05.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	<p>Rizsital Sárgabarack extra dzsem Margarin Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:323 ZS:4,9 TZS:0,9 FH:1 SZH:67,3 CK:20,9 SÓ:1,12</p>	<p>Gyümölcsstea Magyaros margarinkrém (10) Kenyér GM Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 10</p> <p>EN:185 ZS:5 TZS:1,3 FH:0,9 SZH:33,4 CK:9,7 SÓ:1,14</p>	<p>Gyümölcsstea Főtt tojás (3) Margarin Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u> 3</p> <p>EN:192 ZS:4,8 TZS:1,3 FH:2,7 SZH:32,3 CK:9,4 SÓ:0,92</p>	<p>Rizsital Méz Margarin Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:332 ZS:4,9 TZS:0,9 FH:1 SZH:71,2 CK:25,4 SÓ:1,12</p>	<p>Gyümölcsstea Soproni felvágott Margarin Kenyér GM Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:210 ZS:6,7 TZS:2,2 FH:3,1 SZH:33,6 CK:9,6 SÓ:1,3</p>
EBÉD	<p>Eperkrémleves (10,12) Borsos sertéstokány (10,12) Orsótészta Csemegeuborka (10,12)</p> <p><u>Allergének:</u> 10,12</p> <p>EN:518 ZS:15,6 TZS:4,4 FH:9,6 SZH:82,6 CK:29,3 SÓ:1,9</p>	<p>Zöldborsóleves (9,10,12) Hüsgombóc (3,10,12) Paradicsommártás (9,10,12) Főtt burgonya (12) Banán</p> <p><u>Allergének:</u> 3,9,10,12</p> <p>EN:545 ZS:15,9 TZS:3,8 FH:17,8 SZH:77,7 CK:26,5 SÓ:0,94</p>	<p>Fejtett bableves füstölt hússal (9,10,12) Tejberizs rizsital Kakaós szorot Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 9,10,12</p> <p>EN:479 ZS:7,2 TZS:1,6 FH:12,5 SZH:94,1 CK:40,9 SÓ:1,38</p>	<p>Tavaszi leves (10,12) Zöldségvagdalt (3,10) Burgonyapüré (12) Cékla savanyúság (10)</p> <p><u>Allergének:</u> 3,10,12</p> <p>EN:327 ZS:8,3 TZS:2 FH:7,5 SZH:53,6 CK:5,7 SÓ:1,46</p>	<p>Almalé 100%-os Rántott csirkemell (3) Petrezselymes rizs (12) Káposztasaláta (10,12)</p> <p><u>Allergének:</u> 3,10,12</p> <p>EN:562 ZS:8,6 TZS:1,2 FH:22,8 SZH:97,5 CK:29,2 SÓ:1,14</p>
UZSONNA	<p>Kenőmájás Kenyér GM Lilahagyma (12)</p> <p><u>Allergének:</u> 12</p> <p>EN:172 ZS:5,7 TZS:1,9 FH:3,1 SZH:26,4 CK:2,9 SÓ:1,12</p>	<p>Füstölt pulykaparízsi Margarin Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:170 ZS:6,3 TZS:2 FH:2,7 SZH:25,1 CK:2 SÓ:1,26</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Kenyér GM Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:179 ZS:7,3 TZS:2,4 FH:2,6 SZH:25,2 CK:2 SÓ:1,26</p>	<p>Növényi sajtészítmény Margarin Kenyér GM Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:225 ZS:10,1 TZS:7,3 FH:0,7 SZH:32 CK:2,3 SÓ:1,53</p>	<p>Vaníliás puding Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:259 ZS:1,9 TZS:0,2 FH:0,7 SZH:58,7 CK:19,9 SÓ:0,99</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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzettel! 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

Kérek még!

VESZPRÉM

Glutén-tejmentes étrend- Óvoda

2026.06.08.–2026.06.12.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	<p>Rizsital Szamóca extra dzsem Margarin Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:323 ZS:4,9 TZS:0,9 FH:1 SZH:67,3 CK:21,1 SÓ:1,12</p>	<p>Gyümölcsstea Növényi sajt készítmény Margarin Kenyér GM Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:245 ZS:9,2 TZS:6,4 FH:0,7 SZH:39,3 CK:9,3 SÓ:1,38</p>	<p>Gyümölcsstea Magyaros margarinkrém (10) Kenyér GM Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 10</p> <p>EN:182 ZS:4,9 TZS:1,3 FH:0,8 SZH:32,8 CK:9,4 SÓ:1,15</p>	<p>Rizsital Csokoládés puding Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:407 ZS:4,5 TZS:0,8 FH:1,8 SZH:87,7 CK:26,4 SÓ:1,24</p>	<p>Gyümölcsstea Édes rögöskrém vegafőllel Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:200 ZS:5,3 TZS:4 FH:0,7 SZH:36,7 CK:12,6 SÓ:0,81</p>
EBÉD	<p>Magyaros karfiolleves (10,12) Vadas sertésragu (9,10,12) Spagetti Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 9,10,12</p> <p>EN:486 ZS:16,2 TZS:3 FH:9,9 SZH:72,6 CK:17,5 SÓ:0,93</p>	<p>Gyümölcsleves (10,12) Paprikás burgonya virslivel (10,12) Kenyér GM Cékla savanyúság (10)</p> <p><u>Allergének:</u> 10,12</p> <p>EN:531 ZS:16,6 TZS:6,4 FH:10,6 SZH:80,3 CK:27,2 SÓ:3,2</p>	<p>Brokkolikrémleves (10,12) Pirított kenyérkocka Vegaföl Rögöskrém Szélesmetélt Porcukor szórát</p> <p><u>Allergének:</u> 10,12</p> <p>EN:514 ZS:19,6 TZS:12 FH:5,7 SZH:77,1 CK:14,2 SÓ:1</p>	<p>Tarhonyaleves (10,12) Csirkepörkölt (10,12) Zöldbabfőzelék (10,12) Kenyér GM Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 10,12</p> <p>EN:424 ZS:8,6 TZS:1,2 FH:14,2 SZH:67,3 CK:16 SÓ:1,6</p>	<p>Paradicsomleves (9,10,12) Rántott halfilé (3,4,10) Rizibizi (10,12) Házi vegyes saláta (10,12) Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 3,4,9,10,12</p> <p>EN:616 ZS:11,3 TZS:1,6 FH:19,5 SZH:106,5 CK:31,3 SÓ:0,81</p>
UZSONNA	<p>Növényi sajtkrém Kenyér GM Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:189 ZS:7,8 TZS:6,4 FH:0,7 SZH:28 CK:2,9 SÓ:1,15</p>	<p>Sertéspárizsi Margarin Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:172 ZS:6,5 TZS:2,1 FH:2,7 SZH:25,1 CK:2 SÓ:1,23</p>	<p>Pizzás ízű kukoricasnack Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:132 ZS:0,4 TZS:0,1 FH:2,3 SZH:28,3 CK:10,2 SÓ:0,38</p>	<p>Gépsonka Margarin Kenyér GM Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:157 ZS:4,1 TZS:1,2 FH:3,7 SZH:25,8 CK:2,4 SÓ:1,41</p>	<p>Növényi sajtkrém Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:183 ZS:7,8 TZS:6,4 FH:0,4 SZH:27,1 CK:2,5 SÓ:1,14</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-mag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzetnél! 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

Kérek még!

VESZPRÉM

Glutén-tejmentes étrend- Óvoda

2026.06.15.–2026.06.19.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	<p>Gyümölcsstea Növényi sajtkrém Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:213 ZS:7,8 TZS:6,4 FH:0,4 SZH:34,5 CK:9,9 SÓ:1,14</p>	<p>Rizsital Méz Margarin Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:332 ZS:4,9 TZS:0,9 FH:1 SZH:71,2 CK:25,4 SÓ:1,12</p>	<p>Kakaós rizsital Sárgabarack extra dzsem Margarin Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:380 ZS:4,6 TZS:1,2 FH:1,8 SZH:82,3 CK:34,7 SÓ:1,12</p>	<p>Gyümölcsstea Mediterrán tonhalkrém (4,10) Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u> 4,10</p> <p>EN:222 ZS:6,1 TZS:0,7 FH:4,6 SZH:36,5 CK:10,6 SÓ:1,03</p>	<p>Gyümölcsstea Soproni felvágott Margarin Kenyér GM Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:208 ZS:6,7 TZS:2,2 FH:3,1 SZH:33,2 CK:9,6 SÓ:1,3</p>
EBÉD	<p>Sertésraguleves (9,10,12) Amerikai sajtos tészta (10) Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 9,10,12</p> <p>EN:450 ZS:17 TZS:6,3 FH:7,6 SZH:63 CK:18,1 SÓ:0,65</p>	<p>Almalé 100%-os Rakott burgonya (3,10,12) Csemegeborka (10,12)</p> <p><u>Allergének:</u> 3,10,12</p> <p>EN:502 ZS:22,5 TZS:7,8 FH:13,8 SZH:56,4 CK:22,7 SÓ:2,3</p>	<p>Zöldségleves (10,12) Főtt tojás (3) Zöldborsófőzelék Kenyér GM Banán</p> <p><u>Allergének:</u> 3,10,12</p> <p>EN:512 ZS:6,2 TZS:1,6 FH:19,5 SZH:85,6 CK:22,5 SÓ:1,35</p>	<p>Köménymaglevés (10,12) Pirított kenyérkocka Kukoricás csirkeragu (10,12) Párolt rizs (12)</p> <p><u>Allergének:</u> 10,12</p> <p>EN:456 ZS:15,4 TZS:1,6 FH:14,9 SZH:61,1 CK:3,4 SÓ:1,44</p>	<p>Fokhagyma krémleves (10) Pirított kenyérkocka Bolognai sertésragu (9,10,12) Spagetti Reszelt növényi sajtptótló</p> <p><u>Allergének:</u> 9,10,12</p> <p>EN:605 ZS:25 TZS:10,5 FH:14 SZH:72,8 CK:9,7 SÓ:1,82</p>
UZSONNA	<p>Füstölt pulykaparízsi Margarin Kenyér GM Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:176 ZS:6,3 TZS:2 FH:2,9 SZH:26 CK:2,3 SÓ:1,27</p>	<p>Kenőmájás Kenyér GM Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:172 ZS:5,7 TZS:1,9 FH:3,2 SZH:26,3 CK:2,5 SÓ:1,13</p>	<p>Margarin Kenyér GM Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:131 ZS:2,9 TZS:0,7 FH:0,7 SZH:25,1 CK:1,9 SÓ:0,87</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Kenyér GM Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:183 ZS:7,2 TZS:2,4 FH:2,9 SZH:25,8 CK:2,4 SÓ:1,21</p>	<p>Vaníliás puding Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:259 ZS:1,9 TZS:0,2 FH:0,7 SZH:58,7 CK:19,9 SÓ:0,99</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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűk. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzettel! 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

VESZPRÉM

Glutén-tejmentes étrend- Óvoda

2026.06.22.–2026.06.26.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Rizsital Szamóca extra dzsem Margarin Kenyér GM <u>Allergének:</u> EN:323 ZS:4,9 TZS:0,9 FH:1 SZH:67,3 CK:21,1 SÓ:1,12	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	Gyümölcsstea Magyaros margarinkrém (10) Kenyér GM <u>Allergének:</u> EN:179 ZS:4,9 TZS:1,3 FH:0,6 SZH:32,5 CK:9,4 SÓ:1,14	Csokoládés puding Zsemle <u>Allergének:</u> EN:300 ZS:2,5 TZS:0,5 FH:1,3 SZH:65,8 CK:19,2 SÓ:1,17	Gyümölcsstea Tojáskrém (3,10) Kenyér GM Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 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) Tejberizs rizsitalal Fahéjas porcukor (10) Alma <u>Allergének:</u> EN:464 ZS:3,8 TZS:0,5 FH:5,9 SZH:101,1 CK:42,9 SÓ:0,59	Zöldborsóleves (9,10,12) Rakott karfiol (10,12) Kenyér GM <u>Allergének:</u> EN:463 ZS:18,9 TZS:4,1 FH:15,4 SZH:54,2 CK:6,9 SÓ:1,07	Zöldségrémeles (9,10,12) Pírott kenyérfocoka Lecsós virsli (10,12) Tarhonya <u>Allergének:</u> EN:567 ZS:24,9 TZS:7,3 FH:11,7 SZH:71,3 CK:7,3 SÓ:2,78	Tavaszi leves (10,12) Csirkepörkölt (10,12) Tökfőzelék (12) Kenyér GM Alma <u>Allergének:</u> EN:380 ZS:8 TZS:0,6 FH:12,9 SZH:59,7 CK:21,3 SÓ:2	Őszibarack krémleves (10,12) Rántott halfilé (3,4,10) Kukoricás rizs (10,12) Káposztasaláta (10,12) <u>Allergének:</u> EN:539 ZS:8,6 TZS:1,3 FH:15,7 SZH:99,5 CK:28,1 SÓ:1,19
UZSONNA	Zöldfűszeres margarin Kenyér GM Zöldpaprika <u>Allergének:</u> EN:154 ZS:4,9 TZS:1,3 FH:0,8 SZH:25,8 CK:2,3 SÓ:0,95	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 Paradicsom <u>Allergének:</u> EN:169 ZS:5,7 TZS:1,4 FH:3,1 SZH:25,8 CK:2 SÓ:1,29	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

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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgáló személyzetnél! Az ételváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézésekérjük, 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
Kérek még!

VESZPRÉM

Glutén-tejmentes étrend- Óvoda

2026.06.29.–2026.07.03.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	<p>Kakaós rizsital Méz Margarin Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:390 ZS:4,6 TZS:1,2 FH:1,8 SZH:86,2 CK:39,1 SÓ:1,12</p>	<p>Gyümölcsstea Édes rögöskrém vegaföllel Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:200 ZS:5,3 TZS:4 FH:0,7 SZH:36,7 CK:12,6 SÓ:0,81</p>	<p>Gyümölcsstea Zala felvágott Margarin Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:202 ZS:6,3 TZS:2,1 FH:3,1 SZH:32,6 CK:9,4 SÓ:1,18</p>	<p>Rizsital Margarin Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:272 ZS:4,9 TZS:0,9 FH:1 SZH:54,7 CK:8,9 SÓ:1,11</p>	<p>Gyümölcsstea Füstölt pulykapárizsi Margarin Kenyér GM</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:200 ZS:6,3 TZS:2 FH:2,7 SZH:32,5 CK:9,4 SÓ:1,26</p>
EBÉD	<p>Édes gyökekrémleves (9,10,12) Pirított kenyérkocka Zöldborsós csirkeragu (10,12) Párolt rizs (12)</p> <p><u>Allergének:</u> 9,10,12</p> <p>EN:470 ZS:13,1 TZS:2,6 FH:17 SZH:66,5 CK:3,7 SÓ:1,16</p>	<p>Zöldségleves (10,12) Sertésfasírt (3,10,12) Finomfőzelék Kenyér GM Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 3,10,12</p> <p>EN:493 ZS:12,2 TZS:3,1 FH:18,6 SZH:73,3 CK:23,9 SÓ:1,51</p>	<p>Gulyásleves (9,10,12) Darásmetélt Eperöntet (10,12) Őszibarack</p> <p><u>Allergének:</u> 9,10,12</p> <p>EN:542 ZS:12,6 TZS:2,2 FH:9,4 SZH:94,5 CK:23,5 SÓ:0,43</p>	<p>Köménymagleves (10,12) Pirított kenyérkocka Főtt tojás (3) Sóskamártás Főtt burgonya (12) Kenyér GM Gesztenyerúd</p> <p><u>Allergének:</u> 3,10,12</p> <p>EN:529 ZS:14,7 TZS:4,2 FH:10,8 SZH:81,9 CK:22,3 SÓ:1,66</p>	<p>Paradicsomleves (9,10,12) Rántott csirkemell (3) Rizibizsi (10,12) Házi vegyes saláta (10,12)</p> <p><u>Allergének:</u> 3,9,10,12</p> <p>EN:579 ZS:11,2 TZS:1,5 FH:26,7 SZH:90,6 CK:21,4 SÓ:1,05</p>
UZSONNA	<p>Kenőmájás Kenyér GM Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:172 ZS:5,7 TZS:1,9 FH:3,2 SZH:26,3 CK:2,5 SÓ:1,13</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Kenyér GM Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:183 ZS:7,3 TZS:2,4 FH:2,6 SZH:25,8 CK:2,4 SÓ:1,26</p>	<p>Margarin Kenyér GM Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:131 ZS:2,9 TZS:0,7 FH:0,7 SZH:25,1 CK:1,9 SÓ:0,87</p>	<p>Növényi sajt készítmény Margarin Kenyér GM Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:225 ZS:10,1 TZS:7,3 FH:0,7 SZH:32 CK:2,3 SÓ:1,53</p>	<p>Sós tallér Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:127 ZS:1,7 TZS:0 FH:0,9 SZH:26,5 CK:9,8 SÓ:0,01</p>

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. Puhatestűk. **Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzetnél!** 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 **HÜSMENTES NAP**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.