

ÉTLAP

Budapest

Normál A-B Választható Kerék Felső

2023. 08. 28.–2023. 09. 03.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p>Gyümölcsstea Majonézes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</p> <p>EN: 268 ZS: 6,6 SZH: 40,9</p> <p>TZS: 1,3 CK: 9,4</p> <p>FH: 7,4 SÓ: 1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>
EBÉD A	<p>NYÁRI SZÜNET</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:0 ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p>NYÁRI SZÜNET</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p>NYÁRI SZÜNET</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p>NYÁRI SZÜNET</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p>Lebbencsleves Túrótöltelkes gombóc Porcukor szórat Szilva</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 856 ZS: 14,4 SZH: 157</p> <p>TZS: 2 CK: 37,4</p> <p>FH: 21,1 SÓ: 2,1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>
EBÉD B	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p>Lebbencsleves Aranygaluska Vaníliás öntet Szilva</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,12</p> <p>EN: 920 ZS: 22,2 SZH: 159</p> <p>TZS: 7,2 CK: 69,7</p> <p>FH: 18,5 SÓ: 1,6</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>
UZZONNA	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p>Kockasajt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 203 ZS: 6,6 SZH: 27,9</p> <p>TZS: 4 CK: 2,1</p> <p>FH: 7 SÓ: 1,2</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 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, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért 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.



TUDJ MEG
TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉNTEK
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Budapest

Normál A-B Választható Kerék Felső

2023. 09. 04.–2023. 09. 10.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Szilva extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:326 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,3 SZH:53,8 CK:22,5 SÓ: 1,3</p>	<p>Gyümölcsstea Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 263 ZS: 7,5 TZS: 2,5 FH: 7,5 SZH: 39,3 CK: 8 SÓ: 1,7</p>	<p>Gyümölcsstea Mediterrán tonhalkrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,6,7,10,12</p> <p>EN: 231 ZS: 3,6 TZS: 1,9 FH: 9,4 SZH: 38,2 CK: 9 SÓ: 1</p>	<p>Tejeskávé Fatörzs kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 310 ZS: 6,5 TZS: 3,5 FH: 10 SZH: 49 CK: 23,4 SÓ:0,6</p>	<p>Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 247 ZS: 5,2 TZS: 1,5 FH: 7,5 SZH: 38,7 CK: 7,9 SÓ: 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 A	<p>Erőleves Paradicsomos húsos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN:492 ZS: 19,9 TZS: 5,4 FH: 20,7 SZH:55,1 CK:11 SÓ: 1,8</p>	<p>Köménymagleves Pírtott kenyérkocka Bakonyi sertésragu Bulgur Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 812 ZS: 33,7 TZS: 9,4 FH: 26,7 SZH: 83,8 CK: 12,3 SÓ: 0,6</p>	<p>Tárkonyos zöldségleves Paprikás burgonya virslivel Cékla savanyúság Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 630 ZS: 21,9 TZS: 7,4 FH: 19,9 SZH: 80 CK: 7,5 SÓ: 4,1</p>	<p>Édes gyökérkrém leves Leves gyöngy Grillfűszeres csirkemell Sárgarépás rizs Házi vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 631 ZS: 18,6 TZS: 4,5 FH: 34,4 SZH: 80,2 CK: 11,7 SÓ:1,2</p>	<p>Paradicsomleves Amerikai sajtos tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 644 ZS: 24,3 TZS: 8,5 FH: 19,8 SZH: 84,3 CK: 28,3 SÓ: 1,5</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>
EBÉD B	<p>Erőleves Rakott zöldbab Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN:598 ZS: 26,1 TZS: 7,6 FH: 23 SZH:62,4 CK:3,1 SÓ: 1,4</p>	<p>Köménymagleves Pírtott kenyérkocka Fokhagymás csirke pecsenye Petrezselymes burgonya Tzatziki Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 659 ZS: 29,2 TZS: 7,3 FH: 22,3 SZH: 69,1 CK: 12,9 SÓ: 0,3</p>	<p>Tárkonyos zöldségleves Csirkés paella Káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 648 ZS: 22,5 TZS: 5,6 FH: 29,5 SZH: 79,9 CK: 13,9 SÓ: 0,8</p>	<p>Édes gyökérkrém leves Leves gyöngy Vadas sertésragu Spagetti</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 754 ZS: 32,7 TZS: 10,1 FH: 27,4 SZH: 84,4 CK: 13,5 SÓ:0,5</p>	<p>Paradicsomleves Rántott brokkoli Pritaminos rizs Remoulade mártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 933 ZS: 33,9 TZS: 5,5 FH: 21,7 SZH: 130,8 CK: 25,4 SÓ: 1,3</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 Kifli Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,10</p> <p>EN:239 ZS: 9,5 TZS: 0,3 FH: 8,4 SZH:29,5 CK:2,4 SÓ: 1</p>	<p>Sajtkrém napraforgómaggal Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 212 ZS: 4,8 TZS: 2,1 FH: 8,3 SZH: 31,8 CK: 1,5 SÓ: 0,9</p>	<p>Libaszír Félbarna kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 300 ZS: 15,3 TZS: 4 FH: 5 SZH: 32,8 CK: 0,4 SÓ: 1,1</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 259 ZS: 10,2 TZS: 3,6 FH: 8,3 SZH: 31,8 CK: 0,5 SÓ:1,5</p>	<p>Túró desszert Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 217 ZS: 5,3 TZS: 3,6 FH: 5,7 SZH: 35,5 CK: 9 SÓ: 0,6</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>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyezéssel előfordulhatnak a következő allergének: 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. Kérünk, az ételk allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért 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 ételk fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



TUDJ MEG
TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Budapest

Normál A-B Választható Kerék Felső

2023. 09. 11.–2023. 09. 17.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	Tej Kakaós csiga <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:299 ZS:12 TZS:6,6 FH:8,4 SZH:35,7 CK:16,7 SÓ:0,5	Gyümölcsstea Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1 EN:270 ZS:7,8 TZS:2,8 FH:8,3 SZH:39,9 CK:8,1 SÓ:1,7	Gyümölcsstea Füstölt baromfi párizsi Margarin Zsemle <u>Allergének:</u> 1 EN:260 ZS:7,8 TZS:2,6 FH:7,7 SZH:37,6 CK:8,1 SÓ:1,3	Vaníliás tej Margarin Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN:303 ZS:5,9 TZS:2,6 FH:10,1 SZH:48,6 CK:21,3 SÓ:0,9	Gyümölcsstea Petrezselymes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,10,12 EN:258 ZS:6,3 TZS:1,2 FH:6,8 SZH:40 CK:9,4 SÓ:1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
EBÉD A	Csontleves Főtt tojás Parajmártás ½ Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN:440 ZS:7,9 TZS:2,4 FH:16,5 SZH:67,3 CK:5,4 SÓ:1,6	Fahéjas almaleves Budapest sertésragu Párolt rizs Csemegeuborka <u>Allergének:</u> 1,7,10,12 EN:697 ZS:24,3 TZS:7,3 FH:23,4 SZH:94,2 CK:29,4 SÓ:1,9	Citromos kerti leves Csirke nuggets Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Szilva <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN:542 ZS:16,5 TZS:4,3 FH:21,1 SZH:71,4 CK:17,3 SÓ:1,7	Zöldségszószt leves Leves gyöngy Sajtos csirkeragu Mexikói rizs <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN:600 ZS:20,1 TZS:6,7 FH:30 SZH:73,2 CK:6,4 SÓ:1,2	Lencseleves Túrós-metélt Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,10 EN:722 ZS:19,4 TZS:7,1 FH:30,9 SZH:98,6 CK:6,2 SÓ:1,1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
EBÉD B	Csontleves Stroganoff sertéstokány Párolt rizs <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12 EN:619 ZS:26,8 TZS:6,7 FH:21,8 SZH:71,3 CK:3,2 SÓ:1,1	Fahéjas almaleves Barbecue sertéssült Pírított burgonya Amerikai káposztasaláta <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12 EN:779 ZS:33,9 TZS:6,1 FH:28,6 SZH:83,6 CK:33 SÓ:1,9	Citromos kerti leves Olaszos rakott tészta Szilva <u>Allergének:</u> 1,7,9,12 EN:603 ZS:23 TZS:8,3 FH:25,9 SZH:70,3 CK:22 SÓ:1	Zöldségszószt leves Leves gyöngy Pulykapörkölt Főtt burgonya Vitaminasaláta <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN:539 ZS:11,9 TZS:3,6 FH:27,2 SZH:75,3 CK:11,1 SÓ:0,6	Lencseleves Félbarna kenyér Lekváros bukta <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN:857 ZS:18,2 TZS:2,6 FH:24 SZH:144,1 CK:33,2 SÓ:1	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
UZSONNA	Vajkrém Félbarna kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7 EN:250 ZS:9,5 TZS:5,4 FH:5,9 SZH:33,5 CK:1,4 SÓ:1,5	Trappista sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,7 EN:243 ZS:8 TZS:4,2 FH:9,5 SZH:31,4 CK:0,5 SÓ:1,4	Zöldfűszeres sajtkrém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN:197 ZS:4 TZS:2,3 FH:5,5 SZH:33,2 CK:1,9 SÓ:1,5	Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Saláta levél <u>Allergének:</u> 1 EN:246 ZS:8,8 TZS:3 FH:8,3 SZH:31,6 CK:0,5 SÓ:1,6	Nápolyi Alma <u>Allergének:</u> 1,3,6,7 EN:156 ZS:6 TZS:3,8 FH:1,8 SZH:22,8 CK:17,8 SÓ:0	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 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, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézéstet 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 (sós; g/adag) *A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



TUDJ MEG
TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉNTEK
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Budapest

Normál A-B Választható Kerék Felső

2023. 09. 18.–2023. 09. 24.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Karamellás tej Foszlós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:348 ZS: 9,2 TZS: 4,5 FH: 11,1 SZH:52,3 CK:27,6 SÓ: 0,8</p>	<p>Gyümölcsstea Körözött Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 247 ZS: 3,4 TZS: 2 FH: 10,4 SZH: 41,3 CK: 8 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcsstea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</p> <p>EN: 215 ZS: 3,2 TZS: 0,5 FH: 4,7 SZH: 39,6 CK: 8,1 SÓ: 1</p>	<p>Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 325 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,3 SZH: 53,6 CK: 22,3 SÓ:1,3</p>	<p>Gyümölcsstea Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 239 ZS: 4,3 TZS: 2,4 FH: 8,3 SZH: 39,6 CK: 8,7 SÓ: 1,1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
EBÉD A	<p>Tejfölös zöldbaleves Tarhonyás hús Házi vegyes saláta Szőlő</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:742 ZS: 27 TZS: 7,8 FH: 28,3 SZH:92,3 CK:30,7 SÓ: 0,2</p>	<p>Hamisgulyás Sertés fasírt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 582 ZS: 19,1 TZS: 6,3 FH: 22 SZH: 75,1 CK: 9,3 SÓ: 2,8</p>	<p>Csirkeragu leves Morzsás nudli Mák szórat Szilva</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 907 ZS: 15,5 TZS: 1,7 FH: 30,4 SZH: 135,1 CK: 43 SÓ: 2,5</p>	<p>Tojásleves Panírozott halrúd Kukoricás rizs Tartármártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,10</p> <p>EN: 851 ZS: 42 TZS: 7,4 FH: 25,7 SZH: 86,6 CK: 7,6 SÓ:2,8</p>	<p>Meggyleves Vega zöldséggolyó Barnamártás Tört burgonya</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,10,12</p> <p>EN: 636 ZS: 21,4 TZS: 5,6 FH: 18,8 SZH: 85,2 CK: 33,5 SÓ: 2,6</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
EBÉD B	<p>Tejfölös zöldbaleves Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Házi vegyes saláta Szőlő</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:725 ZS: 23,8 TZS: 4,4 FH: 43,4 SZH:77,3 CK:27 SÓ: 1,6</p>	<p>Hamisgulyás Mézes mustáros csirkeragu Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 631 ZS: 19,3 TZS: 3,1 FH: 25,4 SZH: 87,2 CK: 12,6 SÓ: 0,5</p>	<p>Csirkeragu leves Burgonyás tészta Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12</p> <p>EN: 578 ZS: 15,1 TZS: 1,8 FH: 26,2 SZH: 81,5 CK: 8,8 SÓ: 2,7</p>	<p>Tojásleves Sertéspörkölt Gyöngybabfőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 778 ZS: 33,8 TZS: 8,3 FH: 33,9 SZH: 80,3 CK: 1,5 SÓ:0,9</p>	<p>Meggyleves Rántott sajt Petrezselymes rizs Tartármártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 903 ZS: 39 TZS: 11,3 FH: 19,6 SZH: 114,4 CK: 38,7 SÓ: 1,4</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
UZSONNA	<p>Kenőmájas Teljes kiőrlésű kifli Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN:206 ZS: 9,2 TZS: 0,2 FH: 7,8 SZH:21,3 CK:0,3 SÓ: 1,1</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 243 ZS: 9,5 TZS: 3,5 FH: 7,8 SZH: 29,8 CK: 0,7 SÓ: 1,3</p>	<p>Margarin Zsemle Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 173 ZS: 2,5 TZS: 0,6 FH: 4,7 SZH: 31 CK: 0,6 SÓ: 0,7</p>	<p>Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 221 ZS: 4,8 TZS: 1,8 FH: 9,4 SZH: 32,9 CK: 1,2 SÓ:1,6</p>	<p>Habos puding</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 168 ZS: 2,8 TZS: 1,9 FH: 3,3 SZH: 32 CK: 25 SÓ: 0,2</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyezéssel előfordulhatnak a következő allergének: 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. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Budapest

Normál A-B Választható Kerék Felső

2023. 09. 25.–2023. 10. 01.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN:267 ZS: 7 TZS: 3,9 FH: 10,1 SZH:37,7 CK:13,5 SÓ:0,6</p>	<p>Gyümölcsstea Vaníliás túrókrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 260 ZS: 3,6 TZS: 2,1 FH: 9,7 SZH: 44,5 CK: 11,7 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcsstea Pulykasonka Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 238 ZS: 4,2 TZS: 1,2 FH: 8,9 SZH: 39,4 CK: 7,9 SÓ: 1,9</p>	<p>Kakaós tej Margarin Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 307 ZS: 6,1 TZS: 2,8 FH: 10,6 SZH: 48,4 CK: 22,3 SÓ:0,9</p>	<p>Gyümölcsstea Majonézes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</p> <p>EN: 262 ZS: 6,5 TZS: 1,3 FH: 7 SZH: 40 CK: 9,4 SÓ: 1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
EBÉD A	<p>Zöldségleves Sült virsli Magyaros burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN:559 ZS: 21,2 TZS: 5,4 FH: 18,3 SZH:67,5 CK:1,6 SÓ: 2,9</p>	<p>Tarhonyaleves Rakott karfiol Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 659 ZS: 27,7 TZS: 8,4 FH: 24,8 SZH: 70,6 CK: 3,6 SÓ: 1,5</p>	<p>Paradicsomleves Rántott csirkemell Zöldséges bulgur Vitaminsaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 885 ZS: 17 TZS: 2,1 FH: 42 SZH: 130,8 CK: 29,5 SÓ: 1</p>	<p>Zellerkrémleves Pírtott kenyérfocsi Lecsós sertésragu Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 692 ZS: 28 TZS: 8,6 FH: 24,2 SZH: 83,8 CK: 7,5 SÓ:1,6</p>	<p>Bableves Sajtos-tejfölös spagetti Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9</p> <p>EN: 752 ZS: 28,4 TZS: 11,9 FH: 29,1 SZH: 88,2 CK: 16,3 SÓ: 1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
EBÉD B	<p>Zöldségleves Baconos csirkemáj Párolt rizs Házi vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN:591 ZS: 19,1 TZS: 4,5 FH: 27,7 SZH:76,6 CK:9 SÓ: 1,4</p>	<p>Tarhonyaleves Borsos sertéstokány Galuska Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 725 ZS: 28,6 TZS: 8,9 FH: 27,7 SZH: 85,8 CK: 5,1 SÓ: 2,5</p>	<p>Paradicsomleves Húsos rakott penne</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 650 ZS: 28,1 TZS: 8,1 FH: 25 SZH: 73,3 CK: 24,2 SÓ: 0,8</p>	<p>Zellerkrémleves Pírtott kenyérfocsi Grillfűszeres csirkemell Burgonyapüré Uborkasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN: 560 ZS: 14 TZS: 4,2 FH: 35,5 SZH: 67,3 CK: 8,9 SÓ:1,3</p>	<p>Bableves Tejbedara Kakaós szórát Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9</p> <p>EN: 542 ZS: 9,8 TZS: 3,3 FH: 19,5 SZH: 87,3 CK: 44 SÓ: 0,4</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
UZSONNA	<p>Libaszír Félbarna kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:304 ZS: 15,3 TZS: 4 FH: 4,7 SZH:34,5 CK:1,7 SÓ: 1</p>	<p>Baromfi párizsi Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 232 ZS: 7,3 TZS: 2,3 FH: 7,7 SZH: 31,9 CK: 0,8 SÓ: 1,5</p>	<p>Trappista sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 241 ZS: 8 TZS: 4,2 FH: 9,4 SZH: 31,2 CK: 0,5 SÓ: 1,3</p>	<p>Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 244 ZS: 8,2 TZS: 2,9 FH: 8,8 SZH: 32,1 CK: 0,7 SÓ:1,6</p>	<p>Barackos joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 273 ZS: 4,9 TZS: 2,9 FH: 8,2 SZH: 47,5 CK: 19,1 SÓ: 0,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 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, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szűkség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézéstet 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.



TUDJ MEG
TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.