

Debrecen

Kollégium B menü

2020. 09. 28.–2020. 10. 04.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tej
Fonott kalács

Allergének:
1,3,7

EN:452
ZS:10,4 TZS:5,5 FH:14,7
SZH:69,5 CK:19,9 SÓ:1

Gyümölcsstea
Citrusos túrókrém
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7,12

EN:380
ZS:4,2 TZS:2,4 FH:13,8
SZH:68,6 CK:14,6 SÓ:1,7

Gyümölcsstea
Zala felvágott
Margarin
Félbarna kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,6,12

EN:430
ZS:10,9 TZS:3 FH:12,8
SZH:64,7 CK:10 SÓ:2,7

Kakaós tej
Vajkrém
Császárszemle

Allergének:
1,6,7

EN:636
ZS:21,8 TZS:12,3 FH:18
SZH:87,8 CK:31 SÓ:2,1

Gyümölcsstea
Tojáskrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Kápia paprika

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:387
ZS:6,9 TZS:3 FH:11,3
SZH:64,1 CK:12,3 SÓ:1,6

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TÍZÓRAI

Magyaros vajkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:282
ZS:12,8 TZS:7,4 FH:6,5
SZH:33,1 CK:1,7 SÓ:1,4

Alma

Allergének:

EN:47
ZS:0 TZS:0 FH:0,6
SZH:10,5 CK:10,5 SÓ:0

Gyümölcs joghurt

Allergének:
7

EN:115
ZS:3,4 TZS:2,3 FH:3,3
SZH:17,5 CK:15 SÓ:0,1

Baromfi párizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1,6

EN:247
ZS:9 TZS:1,5 FH:9,7
SZH:32,4 CK:0,5 SÓ:2

Olasz felvágott
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,6

EN:286
ZS:10,7 TZS:3 FH:9,5
SZH:32,8 CK:0,6 SÓ:2,1

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Reszelt tésztaleves
Főtt tojás
Parajmártás
Főtt burgonya

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:735
ZS:27,1 TZS:5,6 FH:25,3
SZH:83,5 CK:9,4 SÓ:1,2

Zeller krémleves
Leves gyöngy
Barbecue csirkeragu
Bulgur

Allergének:
1,3,6,7,9,12

EN:912
ZS:33,1 TZS:9,2 FH:35,9
SZH:100,8 CK:4,4 SÓ:2,8

Babgyulás sertéshússal
Darás metélt
Gyümölcs öntet
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,9

EN:1147
ZS:31,3 TZS:6,7 FH:41,6
SZH:171,1 CK:23,6 SÓ:1,1

Citromos kerti leves
Bácskai rizses hús
Csemege uborka

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:824
ZS:37,1 TZS:9,6 FH:28,4
SZH:90,6 CK:7,4 SÓ:2,3

Kakukkfűves gombaleves
Tejszínes húsos penne

Allergének:
1,3,7,9

EN:799
ZS:35,1 TZS:11,8 FH:36,9
SZH:80,7 CK:5,8 SÓ:1,2

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Ananász befőtt

Allergének:

EN:70
ZS:0 TZS:0 FH:0,4
SZH:17 CK:17 SÓ:0

Sajtkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1,7

EN:227
ZS:5,5 TZS:3,1 FH:9,6
SZH:32,7 CK:1,6 SÓ:1,2

Gyümölcskompót

Allergének:
12

EN:63
ZS:0,1 TZS:0 FH:0,6
SZH:13,8 CK:4 SÓ:0

Alma

Allergének:

EN:47
ZS:0 TZS:0 FH:0,6
SZH:10,5 CK:10,5 SÓ:0

Müzli szelet

Allergének:
1,5,6,12

EN:79
ZS:1,9 TZS:0,8 FH:1
SZH:14 CK:7,2 SÓ:0,1

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

VACSORA

Spagetti carbonara
Reszelt sajt

Allergének:
1,6,7

EN:521
ZS:25,6 TZS:8,9 FH:28,1
SZH:48,9 CK:3,2 SÓ:4,6

Rántott sertés szelet
Párolt rizs fél adag
Majonézes kukoricasaláta

Allergének:
1,3,7,10

EN:1143
ZS:50,6 TZS:15,1 FH:42,6
SZH:119 CK:10 SÓ:3

Tea
Edami sajt
Margarin
Zsemle
Kígyóuborka

Allergének:
1,7,12

EN:496
ZS:14,3 TZS:7,6 FH:19,6
SZH:69,4 CK:10,5 SÓ:2,2

Tea
Magyaros pizza

Allergének:
1,7,12

EN:782
ZS:29,1 TZS:10,4 FH:24
SZH:104 CK:20 SÓ:2,2

Tea
Csemege szalámi
Margarin
Kifli
Jégcsapretek

Allergének:
1,7,12

EN:451
ZS:15,2 TZS:5,6 FH:13,7
SZH:63,4 CK:11,5 SÓ:2,1

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:
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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért 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 étel fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



Debrecen

Kollégium B menü

2020. 10. 05.–2020. 10. 11.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tej
Briós

Allergének:
1,3,6,7

EN:459
ZS: 11,7
SZH:68,5
TZS: 6,5
CK:20,1
FH: 15,8
SÓ: 1

Gyümölcsstea
Főtt tojás
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóborka

Allergének:
1,3,12

EN: 415
ZS: 10,1
SZH:61,3
TZS: 3
CK: 10,1
FH: 13,4
SÓ: 1,7

Gyümölcsstea
Füstölt sajtos brokkoli krém
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,7,12

EN: 356
ZS: 5,6
SZH: 61,1
TZS: 3,1
CK: 10,4
FH: 12,1
SÓ: 1,7

Vaníliás tej
Mogyorós krém
Félbarna kenyér

Allergének:
1,6,7,8

EN: 601
ZS: 13,5
SZH: 98,1
TZS: 7,2
CK: 43,6
FH: 15,4
SÓ: 2,1

Gyümölcsstea
Kolbászos vajkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Paradicsom

Allergének:
1,7,12

EN: 490
ZS: 19,3
SZH: 63,9
TZS: 8,7
CK: 10,6
FH: 12,5
SÓ: 2,4

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TÍZÓRAI

Sajtkrém
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN:221
ZS: 5,1
SZH:32,9
TZS: 2,9
CK:1,6
FH: 9
SÓ: 1,3

Barackbefőtt

Allergének:

EN: 54
ZS: 0
SZH:14,5
TZS: 0
CK:13,2
FH: 0,4
SÓ: 0

Kenőmájás
Kifli
Zöldpaprika

Allergének:
1,6,7,10

EN: 266
ZS: 12,4
SZH:27,9
TZS: 0,3
CK:1,1
FH: 9,8
SÓ: 1,2

Margarin
Teljes kiőrlésű kifli
Kápia paprika

Allergének:
1

EN:154
ZS: 4,7
SZH:22
TZS: 1,4
CK:0,3
FH: 4,2
SÓ: 0,8

Alma

Allergének:

EN:47
ZS: 0
SZH:10,5
TZS: 0
CK:10,5
FH: 0,6
SÓ: 0

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EBÉD

Hamis gulyásleves
Rántott csirkemáj
Párolt rizs
Cékla

Allergének:
1,3,9,10,12

EN:1054
ZS: 28,8
SZH:156,8
TZS: 4,7
CK:7,5
FH: 39,3
SÓ: 3,3

Hagyma krémleves
Pírtott zsemleokca
Fűszeres sertés aprópecsenye
Lencsefőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,7,10

EN: 1158
ZS: 46,6
SZH:129,4
TZS: 13,3
CK:9,7
FH: 48,4
SÓ: 3,5

Frankfurti leves
Mákos metélt
Alma

Allergének:
1,6,7,9,12

EN: 887
ZS: 27,8
SZH:129,5
TZS: 6,4
CK:51,2
FH: 27,3
SÓ: 2,5

Paradicsomleves
Bakonyi sertésragu
Galuska

Allergének:
1,3,7,9

EN:951
ZS: 37,5
SZH:117,5
TZS: 10
CK:24
FH: 32,1
SÓ: 2,8

Vegyes zöldségleves
Párizsi csirkecomb filé
Póréhagymás rizs
Vegyes saláta

Allergének:
1,3,9

EN:1175
ZS: 55,9
SZH:128,4
TZS: 7,4
CK:11
FH: 38,2
SÓ: 2

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

UZSONNA

Alma

Allergének:

EN:47
ZS: 0
SZH:10,5
TZS: 0
CK:10,5
FH: 0,6
SÓ: 0

Korpvit keksz

Allergének:
1

EN: 180
ZS: 5,2
SZH:27,8
TZS: 2
CK:1,8
FH: 4,2
SÓ: 0,4

Szilva

Allergének:

EN: 87
ZS: 0
SZH:19,7
TZS: 0
CK:19,7
FH: 1,1
SÓ: 0

Gyümölcssaláta

Allergének:

EN:66
ZS: 0
SZH:15,9
TZS: 0
CK:14,2
FH: 0,4
SÓ: 0

Túró desszert

Allergének:
6,7

EN:82
ZS: 4,4
SZH:9
TZS: 3,4
CK:7,9
FH: 1,4
SÓ: 0

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

VACSORA

Tavaszi szárnyas rizses hús
Vegyes saláta

Allergének:
9

EN:632
ZS: 18,3
SZH:86,6
TZS: 2,9
CK:10,8
FH: 29,6
SÓ: 2

Limonádé
Hamburger

Allergének:
1,3,6,7,10,12

EN: 823
ZS: 40,9
SZH:81,7
TZS: 18,4
CK:26,6
FH: 30,2
SÓ: 4,2

Tea
Olasz felvágott
Margarin
Szezámagos zsemle
Paradicsom

Allergének:
1,6,11,12

EN: 472
ZS: 14,6
SZH:65,9
TZS: 3,9
CK:10,6
FH: 14,4
SÓ: 2,1

Sertéssült
Tört burgonya
Párolt káposzta fél adag

Allergének:
1,12

EN:806
ZS: 43,8
SZH:70,3
TZS: 9,5
CK:10,2
FH: 28,7
SÓ: 2,7

Tea
Gépsonka
Margarin
Félbarna kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1,6,12

EN:376
ZS: 7,1
SZH:64,3
TZS: 1,8
CK:10,1
FH: 13,8
SÓ: 2,9

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:
1. Glutén tartalmazó gabonafélék; 2. Rákkfélek; 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 étel 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 étel fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



Debrecen

Kollégium B menü

2020. 10. 12.–2020. 10. 18.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tea
Tojáskrém
Kifli

Tej
Kakaós csiga

Tea
Szezámmagos vajkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóborka

Tej
Gabonapehely

Tea
Körözött
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,10,12

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,7,11,12

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1,7,12

Allergének:

Allergének:

EN:392
ZS: 7,5
SZH:65
TZS: 3,1
CK:13,8
FH: 12,1
SÓ: 1,3

EN: 523
ZS: 21,8
SZH:64,5
TZS: 11,8
CK: 26,5
FH: 12,4
SÓ: 0,8

EN: 422
ZS: 13,1
SZH: 63
TZS: 7
CK: 11,1
FH: 10
SÓ: 2

EN: 321
ZS: 5,9
SZH: 51,5
TZS: 2,7
CK: 29
FH: 10,4
SÓ: 0,4

EN: 368
ZS: 5
SZH: 62,2
TZS: 2,8
CK: 10,1
FH: 14,7
SÓ: 1,5

EN:
ZS:
SZH:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TÍZÓRAI

Gyümölcskompót

Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Kefir

Házi húskrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóborka

Limonádé

Allergének:
12

Allergének:
1

Allergének:
7

Allergének:
1,10,12

Allergének:
12

Allergének:

Allergének:

EN:63
ZS: 0,1
SZH:13,8
TZS: 0
CK:4
FH: 0,6
SÓ: 0

EN: 198
ZS: 4,8
SZH:31,9
TZS: 1,4
CK:0,4
FH: 5
SÓ: 1

EN: 80
ZS: 4,5
SZH:5,7
TZS: 2,7
CK:5,7
FH: 4,5
SÓ: 0

EN:297
ZS: 16,1
SZH:33,2
TZS: 7,8
CK:1,6
FH: 12,8
SÓ: 1,6

EN:41
ZS: 0
SZH:10,2
TZS: 0
CK:10,2
FH: 0
SÓ: 0

EN:
ZS:
SZH:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EBÉD

Daragaluska leves
Sertéssült
Tört burgonya
Csalamádé
Alma

Karalábéleves
Ananászos csirkeragu
Párolt rizs

Zsurmóka leves
Sertés fasírt
Kelkáposzta főzelék
Félbarna kenyér
Almás kevert sütemény

Magyaros zöldbaleves
Csirkepaprikás
Szarvacskás tészta

Zöldség krémleves
Leves gyöngy
Brassói csirke aprópecsenye
Vegyes saláta

Allergének:
1,3,9,10,12

Allergének:
1,3,6,12

Allergének:
1,3,7,12

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:

Allergének:

EN:841
ZS: 41,1
SZH:81,4
TZS: 9,3
CK:11,6
FH: 31,2
SÓ: 4

EN: 656
ZS: 18,7
SZH:95,4
TZS: 2,9
CK:13,1
FH: 26,5
SÓ: 2

EN: 1118
ZS: 50,8
SZH:120,5
TZS: 12,5
CK:17
FH: 37,6
SÓ: 5

EN:727
ZS: 27,4
SZH:81,6
TZS: 5
CK:5,1
FH: 35,3
SÓ: 2,3

EN:894
ZS: 29,8
SZH:111,3
TZS: 9
CK:11,7
FH: 36,2
SÓ: 2,5

EN:
ZS:
SZH:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

UZSONNA

Reszelt sajt
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kápia paprika

Alma

Trappista sajtszelet
Margarin
Zsemle
Paradicsom

Alma

Magyaros vajkrém
Zsemle
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

Allergének:

Allergének:
1,7

Allergének:

Allergének:
1,7

Allergének:

Allergének:

EN:330
ZS: 15,1
SZH:32
TZS: 8,2
CK:0,5
FH: 14,1
SÓ: 1,8

EN: 47
ZS: 0
SZH:10,5
TZS: 0
CK:10,5
FH: 0,6
SÓ: 0

EN: 325
ZS: 14,9
SZH:31,5
TZS: 8
CK:0,8
FH: 14
SÓ: 2,2

EN:47
ZS: 0
SZH:10,5
TZS: 0
CK:10,5
FH: 0,6
SÓ: 0

EN:276
ZS: 12,6
SZH:32,2
TZS: 7,2
CK:1,9
FH: 6,4
SÓ: 1,3

EN:
ZS:
SZH:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

VACSORA

Pritaminos csirkeragu
Snidlinges rizs

Székelykáposzta
Félbarna kenyér

Tea
Füstölt baromfi párizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Limonádé
Bolognai pizza

Gyümölcs joghurt
Kifli

Allergének:
1,7

Allergének:
1,7

Allergének:
1,12

Allergének:
1,7,9,12

Allergének:
1,7

Allergének:

Allergének:

EN:614
ZS: 22,3
SZH:77,1
TZS: 4,3
CK:1,2
FH: 25,6
SÓ: 2,2

EN: 669
ZS: 30,4
SZH:67,3
TZS: 9,7
CK:4,6
FH: 25,8
SÓ: 6,1

EN: 421
ZS: 12,4
SZH:61,8
TZS: 4,1
CK:10
FH: 12,4
SÓ: 2,4

EN:833
ZS: 33,3
SZH:98,1
TZS: 12,7
CK:15,6
FH: 33,3
SÓ: 1,3

EN:384
ZS: 5,1
SZH:70,6
TZS: 2,7
CK:17,2
FH: 11,8
SÓ: 1,2

EN:
ZS:
SZH:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:
1. Glutén tartalmazó gabonafélék; 2. Rákkfélek; 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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet 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.



Debrecen

Kollégium B menü

2020. 10. 19.–2020. 10. 25.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Kakaós tej
Foszlós kalács

Allergének:
1,3,7

EN:533
ZS:14,3
SZH:80,7
TZS: 6,9
CK:38,9
FH: 16,5
SÓ: 1,2

Tea
Barackos túrókrém
Zsemle

Allergének:
1,7,12

EN: 420
ZS: 3,9
SZH:77,2
TZS: 2
CK: 17,8
FH: 14,5
SÓ: 1,3

Tea
Házi füstölt sajtkrém
Kifli

Allergének:
1,7,12

EN: 452
ZS: 15
SZH: 62,6
TZS: 7
CK: 11,7
FH: 14,8
SÓ: 1,6

Tej
Mogyorós krém
Félbarna kenyér

Allergének:
1,6,7,8

EN: 539
ZS: 13,5
SZH: 82,3
TZS: 7,2
CK: 29,6
FH: 15,4
SÓ: 2

ÜNNEP

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TÍZÓRAI

Alma

Allergének:

EN:47
ZS: 0
SZH:10,5
TZS: 0
CK:10,5
FH: 0,6
SÓ: 0

Edami sajt
Margarin
Félbarna kenyér
Kápia paprika

Allergének:
1,7

EN: 321
ZS: 13,8
SZH:33
TZS: 7,6
CK:0,4
FH: 15,2
SÓ: 1,9

Margarin
Félbarna kenyér
Paradicsom

Allergének:
1

EN: 199
ZS: 4,5
SZH:33,4
TZS: 1,2
CK:0,4
FH: 4,8
SÓ: 1,2

Alma

Allergének:

EN:47
ZS: 0
SZH:10,5
TZS: 0
CK:10,5
FH: 0,6
SÓ: 0

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EBÉD

Tárkonyos zöldség leves
Chilis bab
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:693
ZS: 28,8
SZH:70,6
TZS: 8,1
CK:7,8
FH: 31,3
SÓ: 3,6

Lebbencsleves
Baconos csirkemáj
Póréhagymás rizs
Csemege uborka

Allergének:
1,3,10,12

EN: 809
ZS: 27,1
SZH:103,1
TZS: 6,5
CK:5,7
FH: 35,3
SÓ: 4,6

Sertés húsgombóc leves
Káposztás kocka
Alma

Allergének:
1,3,9

EN: 793
ZS: 24,3
SZH:115,9
TZS: 4,5
CK:25,6
FH: 26,5
SÓ: 1,4

Gyümölcsleves
Baconos csirkecsíkok
Pírtott burgonya
Friss saláta
Joghurt öntet

Allergének:
1,7,12

EN:864
ZS: 31,8
SZH:101,7
TZS: 6,6
CK:31,6
FH: 36,3
SÓ: 2

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

UZSONNA

Snidlinges vajkrém
Teljes kiőrlésű zsemle
Kígyóuborka

Allergének:
1,7

EN:386
ZS: 13
SZH:55
TZS: 7,5
CK:2
FH: 9,6
SÓ: 1,8

Alma

Allergének:

EN: 47
ZS: 0
SZH:10,5
TZS: 0
CK:10,5
FH: 0,6
SÓ: 0

Szilva

Allergének:

EN: 87
ZS: 0
SZH:19,7
TZS: 0
CK:19,7
FH: 1,1
SÓ: 0

Kenőmájás
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1,6,10

EN:284
ZS: 12,2
SZH:31,7
TZS: 0,2
CK:0,5
FH: 10
SÓ: 1,6

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

VACSORA

Orosz hússaláta
Hosszú zsemle

Allergének:
1,3,6,7,10,12

EN:845
ZS: 44,2
SZH:72
TZS: 13,4
CK:8,3
FH: 30,6
SÓ: 1,8

Lasagne

Allergének:
1,3,7,9

EN: 761
ZS: 29,8
SZH:87,5
TZS: 11,7
CK:7
FH: 33,9
SÓ: 1,9

Tea
Zala felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,6,12

EN: 431
ZS: 11,4
SZH:63
TZS: 3,3
CK:10,1
FH: 13
SÓ: 2,4

Sült kolbász
Zöldbabfőzelék
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN:955
ZS: 45,2
SZH:81,4
TZS: 14,2
CK:9,5
FH: 30,5
SÓ: 5,2

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:
1. Glutén tartalmazo 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. Csillagfürt; 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 (só; g/adag) *A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



Debrecen

Kollégium B menü

2020. 10. 26.–2020. 11. 01.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TÍZÓRAI

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Őszi szünet

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Őszi szünet

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Őszi szünet

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Őszi szünet

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Őszi szünet

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

VACSORA

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén tartalmú gabonafélék; 2. Rákkfélék; 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. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért 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.

