

Debrecen

Kollégium

2021.01.04.–2021.01.10.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tej
Kakaós csiga

Allergének:
1,3,7

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

Gyümölcsstea
Körözött
Zsemle
Zöldpaprika

Allergének:
1,7,12

EN: 414
ZS: 4,8 TZS: 2,5 FH: 16,4
SZH:71,8 CK: 10,7 SÓ: 1,4

Gyümölcsstea
Szezámmagos vajkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóborka

Allergének:
1,7,11,12

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

Tej
Gabonapehely

Allergének:
1,6,7

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

Gyümölcsstea
Tojásrántotta
Teljes kiőrlésű kenyér
Kápia paprika

Allergének:
1,3,7,12

EN: 537
ZS: 19,6 TZS: 3,1 FH: 23,1
SZH: 62,1 CK: 9,9 SÓ: 2,6

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TÍZÓRAI

Alma

Allergének:

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

Barackbefőtt

Allergének:

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

Házi húskrém
Félbarna kenyér
Kígyóborka

Allergének:
1,10,12

EN:297
ZS:15,8 TZS:7,7 FH:12,7
SZH:34,3 CK:1,6 SÓ:1,8

Limonádé

Allergének:
12

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

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Karalábéleves
Bolognai spagetti
Reszelt sajt
Mandarin

Allergének:
1,3,7,9

EN:810
ZS: 39,2 TZS: 12,2 FH: 33,7
SZH:79,4 CK:26 SÓ: 3,9

Tarhonya leves
Zöldborsós csirkemáj
Párolt rizs
Csemege uborka édesítőszerrel

Allergének:
1,10,12

EN: 813
ZS: 26,6 TZS: 5 FH: 35,2
SZH:105 CK:2,8 SÓ: 3

Bakonyi betyárleves sertéshússal
Morzsás nudli
Gyümölcs öntet
Alma

Allergének:
1,7,9,12

EN: 1103
ZS: 29,7 TZS: 8,1 FH: 29
SZH:147 CK:47,4 SÓ: 2,4

Vajas galuska leves
Chilis bab
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,7,9

EN:700
ZS: 31,2 TZS: 9,5 FH: 30,5
SZH:69,8 CK:6,3 SÓ: 3,6

Zöldség krémleves
Leves gyöngy
Rántott csirkemell
Petrezselymes burgonya
Mongol káposztasaláta

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:1109
ZS: 40,6 TZS: 8,8 FH: 46,2
SZH:132,3 CK:7,2 SÓ: 2,5

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Zöldfűszeres sajtkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:229
ZS: 5,6 TZS: 3,1 FH: 9,6
SZH:69,4 CK:1,6 SÓ: 1,2

Füstölt baromfi párizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1

EN: 281
ZS: 12 TZS: 4 FH: 9,4
SZH:32,2 CK:0,5 SÓ: 1,9

Omlós keksz

Allergének:
1,6

EN: 185
ZS: 7,1 TZS: 3,4 FH: 3,3
SZH:26,1 CK:8,1 SÓ: 0,2

Pulykasonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1

EN:246
ZS: 7,2 TZS: 2,3 FH: 11
SZH:32,5 CK:0,5 SÓ: 1,9

Margarin
Zsemle
Kígyóborka

Allergének:
1

EN:188
ZS: 4,5 TZS: 1,2 FH: 4,8
SZH:30,5 CK:0,6 SÓ: 0,8

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

VACSORA

Brassói csirke aprópecsenye

Allergének:
12

EN:566
ZS: 15,6 TZS: 3,4 FH: 29,1
SZH:69,4 CK:0,6 SÓ: 1,6

Lecsós virsli
Tarhonya

Allergének:
1,6

EN: 676
ZS: 33,7 TZS: 8,3 FH: 24,5
SZH:69 CK:5,8 SÓ: 4,1

Tea
Olasz felvágott
Trappista sajtszelet
Margarin
Zsemle
Paradicsom
Allergének:
1,6,7,12

EN: 605
ZS: 21,7 TZS: 9,8 FH: 23,4
SZH:71,4 CK:10,8 SÓ: 3,7

Limonádé
Sajtos-sonkás pizza

Allergének:
1,6,7,12

EN:687
ZS: 22,5 TZS: 8,3 FH: 26,2
SZH:95,9 CK:23,7 SÓ: 2,9

Gyümölcs joghurt
Kifli

Allergének:
1,7

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

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. 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; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az étel 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 ételtek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



Debrecen

Kollégium

2021.01.11.–2021.01.17.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tej
Foszlós kalács

Allergének:
1,3,7

EN:467
ZS:14,1 TZS:6,8 FH:16,1
SZH:65,1 CK:23,9 SÓ:1,2

Gyümölcsstea
Citrusos túrókrém
Uzsonnarúd

Allergének:
1,7,12

EN:393
ZS:5,3 TZS:2,8 FH:15,1
SZH:68,9 CK:16,1 SÓ:1,1

Kakaós tej
Sajtos stangli

Allergének:
1,6,7

EN:497
ZS:7,9 TZS:4,8 FH:17,4
SZH:85,1 CK:29,6 SÓ:1,3

Tej
Sárgabarack extra dzsem
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN:497
ZS:8,5 TZS:3,5 FH:14,7
SZH:83,5 CK:31,3 SÓ:2,1

Gyümölcsstea
Főtt tojás
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóborka

Allergének:
1,3,12

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

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TÍZÓRAI

Alma

Allergének:

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

Barackbefőtt

Allergének:

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

Margarin
Félbarna kenyér
Paradicsom

Allergének:
1

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

Kenőmájás
Zsemle
Jégscapretek

Allergének:
1,6,10

EN:278
ZS:11,9 TZS:0 FH:9,8
SZH:30,8 CK:0,7 SÓ:1,4

Omlós keksz
Ananász befőtt

Allergének:
1,6

EN:255
ZS:7,1 TZS:3,4 FH:3,7
SZH:43,1 CK:25,1 SÓ:0,2

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Almalé 100%-os
Csikós sertés tokány
Párolt rizs
Csalamádé

Allergének:
1,7,10

EN:878
ZS:39,7 TZS:11,3 FH:25,9
SZH:100,9 CK:24,5 SÓ:3

Lebbencsleves
Sertéssült
Zöldborsófőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,12

EN:883
ZS:34,2 TZS:9 FH:33,5
SZH:103 CK:11,6 SÓ:4,3

Legényfogó leves
Mákos guba (finompékáru)
Mandarin

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:1267
ZS:56,2 TZS:24,9 FH:30,1
SZH:154,6 CK:62,7 SÓ:3,6

Csontleves
Húsgombóc
Sós kamartás
Főtt burgonya fél adag
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,6,7,9,12

EN:1017
ZS:48,9 TZS:17,2 FH:32,9
SZH:103,1 CK:21,9 SÓ:4,7

Szilvaleves
Rántott halfilé
Kukoricás rizs
Tartármártás

Allergének:
1,3,4,7,10,12

EN:1083
ZS:35,7 TZS:8,1 FH:34,8
SZH:151,1 CK:41,2 SÓ:3,1

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Snidlinges vajkrém
Teljes kiőrlésű zsemle
Kígyóborka

Allergének:
1,7

EN:255
ZS:12,5 TZS:7,4 FH:5,8
SZH:28,5 CK:1,6 SÓ:1,2

Csemege szalámi
Margarin
Félbarna kenyér
Kaliforniai paprika

Allergének:
1

EN:301
ZS:13,8 TZS:5,1 FH:9,4
SZH:33,1 CK:0,5 SÓ:2

Kefir

Allergének:
7

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

Alma

Allergének:

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

Alma

Allergének:

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

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

VACSORA

Sertéssült
Francia saláta
Hosszú zsemle

Allergének:
1,3,6,7,10,12

EN:808
ZS:44,5 TZS:12,6 FH:32,5
SZH:65,2 CK:5,9 SÓ:2,2

Lasagne

Allergének:
1,3,7,9

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

Tea
Zala felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,6,12

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

Szárnyas paella
Csemege uborka édesítőszerrel

Allergének:
10

EN:531
ZS:17,7 TZS:2,7 FH:27,3
SZH:64 CK:2,8 SÓ:2,9

Kockasajt
Kifli

Allergének:
1,7

EN:405
ZS:13,3 TZS:7,9 FH:14
SZH:55,7 CK:4,3 SÓ:2,3

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 keresztzennyezéssel 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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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 étel fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



Debrecen

Kollégium

2021.01.18.–2021.01.24.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tej
Méz
Margarin
Félbarna kenyér

Tejeskávé
Vajas pogácsa

Tea
Körözött
Zsemle

Gyümölcsstea
Majonézes uborkás tojáskrém
Félbarna kenyér

Gyümölcsstea
Olasz felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Paradicsom

Allergének:

Allergének:

EN:509
ZS: 8,5
SZH:89,1
TZS: 3,5
CK:36,9
FH: 14,6
SÓ: 2,1

EN: 349
ZS: 7,1
SZH:54,9
TZS: 3,9
CK: 28,5
FH: 11,7
SÓ: 0,7

EN: 407
ZS: 4,7
SZH: 70,6
TZS: 2,5
CK: 10,7
FH: 15,9
SÓ: 1,3

EN: 387
ZS: 7,9
SZH: 64,4
TZS: 1,3
CK: 11,8
FH: 10,3
SÓ: 2

EN: 434
ZS: 11,6
SZH: 62,9
TZS: 3,3
CK: 10,1
FH: 13
SÓ: 2,4

EN:
ZS:
SZH:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TÍZÓRAI

Korpoovit keksz

Túró desszert

Margarin
Félbarna kenyér
Kígyóborka

Gyümölcskompót

Mandarin

Allergének:

Allergének:

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

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

EN: 195
ZS: 4,5
SZH:32,5
TZS: 1,2
CK:0,4
FH: 4,8
SÓ: 1,2

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

EN:54
ZS: 0
SZH:11,8
TZS: 0
CK:11,8
FH: 0,8
SÓ: 0

EN:
ZS:
SZH:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EBÉD

Lencsegulyás sertéshússal
Sajtos tejfőls spagetti
Alma

Húsleves
Főtt sertés szelet
Gyümölcsmártás
Pírutott dara

Köménymag leves
Pírutott zsemlekocka
Tavaszi szárnyas rizses hús
Csemege uborka

Magyaros burgonyaleves
Csirke fasírt
Paradicsomos káposztafőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Brokkoli krémleves
Leves gyöngy
Olaszos csirkemell
Burgonyapüré

Allergének:

Allergének:

EN:976
ZS: 45
SZH:87,5
TZS: 19
CK:15,7
FH: 46,3
SÓ: 2,3

EN: 779
ZS: 29,8
SZH:95,8
TZS: 8,9
CK:19,8
FH: 27,6
SÓ: 2,2

EN: 724
ZS: 23,5
SZH:94,9
TZS: 3,6
CK:5,2
FH: 32,1
SÓ: 3,8

EN:817
ZS: 22
SZH:113,1
TZS: 3,2
CK:16,7
FH: 36,4
SÓ: 3,9

EN:742
ZS: 25,8
SZH:80,2
TZS: 9,1
CK:6,3
FH: 40,3
SÓ: 0,8

EN:
ZS:
SZH:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

UZSONNA

Libazsír
Teljes kiőrlésű kenyér
Lilahagyma

Gépsonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Sörretek

Ananász befőtt

Sertés párizsi
Margarin
Szezámagos zsemle
Sörretek

Kockasajt
Kifli

Allergének:

Allergének:

EN:354
ZS: 20,6
SZH:34,3
TZS: 5,5
CK:2,1
FH: 5
SÓ: 0,8

EN: 237
ZS: 7,1
SZH:32,9
TZS: 2
CK:0,7
FH: 11
SÓ: 2

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

EN:241
ZS: 10,3
SZH:29
TZS: 2,1
CK:0,6
FH: 7,9
SÓ: 1,6

EN:271
ZS: 12,4
SZH:29,2
TZS: 7,7
CK:3,2
FH: 9,8
SÓ: 1,8

EN:
ZS:
SZH:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

VACSORA

Tea
Sajtos hamburger

Fokhagymás sertés oldalas
Hagymás tört burgonya
Párolt káposzta fél adag

Tea
Szendvics sonka
Sajtkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Rántott sajt
Kukoricás rizs
Tartármártás

Házi húskrém
Félbarna kenyér
Zöldpaprika

Allergének:

Allergének:

EN:885
ZS: 46,1
SZH:80,8
TZS: 21,8
CK:25,7
FH: 34,8
SÓ: 4,6

EN: 975
ZS: 58,8
SZH:68,5
TZS: 17
CK:10
FH: 37,2
SÓ: 2,1

EN: 425
ZS: 8,6
SZH:64,4
TZS: 4,6
CK:12,1
FH: 18,7
SÓ: 2,6

EN:989
ZS: 47,7
SZH:107,2
TZS: 14,3
CK:13,5
FH: 30,4
SÓ: 3,5

EN:404
ZS: 16,1
SZH:56
TZS: 7,7
CK:1,9
FH: 15,6
SÓ: 2,5

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. 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

2021.01.25.–2021.01.31.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tej
Fahéjas csiga

Allergének:
1,3,7

EN:534
ZS: 20,8
SZH:69,5
TZS: 11,3
CK:32,5
FH: 11,9
SÓ: 0,7

Gyümölcsstea
Padlizsánkrem
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,10,12

EN: 397
ZS: 10,7
SZH:65
TZS: 1,1
CK: 11,1
FH: 7,5
SÓ: 2

Karamellás tej
Pacsní

Allergének:
1,6,7

EN: 525
ZS: 13,7
SZH: 82,5
TZS: 7,5
CK: 34
FH: 14,8
SÓ: 0,8

Gyümölcsstea
Magyaros vajkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóborka

Allergének:
1,7,12

EN: 417
ZS: 13,2
SZH: 62,1
TZS: 7,5
CK: 11,1
FH: 9,4
SÓ: 2

Gyümölcsstea
Főtt tojás
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Paradicsom

Allergének:
1,3,12

EN: 420
ZS: 10,2
SZH: 62,2
TZS: 3
CK: 10,1
FH: 13,4
SÓ: 1,7

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TÍZÓRAI

Margarin
Teljes kiőrlésű kifli
Zöldpaprika

Allergének:
1

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

Alma

Allergének:

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

Sajtkrém
Zsemle
Kígyóborka

Allergének:
1,7

EN: 219
ZS: 5,2
SZH:31,6
TZS: 2,9
CK:1,8
FH: 9,4
SÓ: 1

Müzlí szelet

Allergének:
1,5,6,12

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

Omlós keksz

Allergének:
1,6

EN:185
ZS: 7,1
SZH:26,1
TZS: 3,4
CK:8,1
FH: 3,3
SÓ: 0,2

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EBÉD

Zeller krémleves
pirított kenyérkocka
Édes-savanyú csirkecsikok
Párolt rizs

Allergének:
1,6,7,9,11,12

EN:753
ZS: 22,3
SZH:107
TZS: 4,7
CK:10,2
FH: 29,7
SÓ: 3

Daragaluska leves
Székelykáposzta
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,9

EN: 702
ZS: 35,4
SZH:63,3
TZS: 10,5
CK:4,5
FH: 26,8
SÓ: 5,9

Paprikás burgonya kolbásszal
Cékla
Teljes kiőrlésű kenyér
Meggyes kevert sütemény

Allergének:
1,3,6,7,10,12

EN: 799
ZS: 27,3
SZH:107,5
TZS: 7
CK:23,3
FH: 24,8
SÓ: 5,6

Nyírségi gombócleves szárnyas hússal
Dejós metélt
Mandarin

Allergének:
1,7,9,12

EN:855
ZS: 19
SZH:131,7
TZS: 3,6
CK:48,8
FH: 36
SÓ: 1,7

Almaleves
Rántott halfilé
Rizibizi
Vegyes saláta

Allergének:
1,3,4,7,12

EN:981
ZS: 21,6
SZH:159,8
TZS: 4,7
CK:33,4
FH: 35,7
SÓ: 2,4

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

UZSONNA

Kenőmájás
Zsemle
Zöldpaprika

Allergének:
1,6,10

EN:280
ZS: 12
SZH:31,1
TZS: 0
CK:0,7
FH: 9,8
SÓ: 1,3

Reszelt sajt
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1,7

EN: 328
ZS: 15,2
SZH:48,4
TZS: 8,2
CK:0,5
FH: 14,2
SÓ: 1,9

Gyümölcssaláta

Allergének:

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

Paprikás szalámi
Margarin
Zsemle

Allergének:
1

EN:292
ZS: 14,2
SZH:30,1
TZS: 5
CK:0,7
FH: 9
SÓ: 1,6

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:

VACSORA

Bazsalikomos bulguros csirke

Allergének:
1

EN:559
ZS: 13,2
SZH:66,1
TZS: 2
CK:0
FH: 29,6
SÓ: 1,2

Spagetti carbonara

Allergének:
1,6,7

EN: 420
ZS: 17,8
SZH:48,4
TZS: 3,8
CK:3,1
FH: 21
SÓ: 4

Tea
Csirkemell sonka
Margarin
Félbarna kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,12

EN: 385
ZS: 5,5
SZH:63,8
TZS: 1,3
CK:9,9
FH: 14,6
SÓ: 2,4

Sült csirkecomb felső
Majonézes kukoricasaláta
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,7,10

EN:904
ZS: 37,2
SZH:73
TZS: 9,4
CK:10,1
FH: 59,1
SÓ: 4,3

Gyümölcs joghurt
Kifli

Allergének:
1,7

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

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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szűkség 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 étel fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

