

Pécs

Óvoda

2025.12.01.–2025.12.07.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Karamell ízű tej (7)
Fahéjas csiga (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:337
ZS:11,5 TZS:6,5 FH:8,9
SZH:49,9 CK:31,3 SÓ:0,45

Tej (7)
Csokoládékrém (6,7)
Fehér kenyér (1)

Allergének:
1,6,7

EN:327
ZS:11,4 TZS:4 FH:11,5
SZH:44,3 CK:17,5 SÓ:0,84

Tea
Vaníliás túrókrém (7)
Zsemle (1)

Allergének:
1,7

EN:240
ZS:2,7 TZS:1,4 FH:8,4
SZH:43,3 CK:14 SÓ:0,66

Tea
Majonézes tonhalkrém (3,4,10)
Zsemle (1)

Allergének:
1,3,4,10

EN:235
ZS:4 TZS:0,3 FH:7,6
SZH:39,9 CK:10,6 SÓ:0,89

Tea
Főtt tojás (3)
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,3

EN:223
ZS:4,6 TZS:1,4 FH:6,2
SZH:35,9 CK:10,1 SÓ:0,84

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD A

Tarhonyaleves (1,12)
Sertéspörkölt (1)
Zöldborsófőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,12

EN:412
ZS:9,8 TZS:3,3 FH:19,9
SZH:55,7 CK:11,8 SÓ:0,95

Húsgaluska leves (1,3,7,9,12)
Burgonyás tészta (1,12)
Cékla savanyúság (10)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:430
ZS:16 TZS:3,3 FH:15
SZH:54,4 CK:7,3 SÓ:1,71

Vöröslencse krémleves
(1,7,10,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Rántott sajtgolyó (1,7)
Petrezselymes rizs
Tartármártás (3,7,10,12)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:629
ZS:25,3 TZS:6,6 FH:17,5
SZH:70,9 CK:6,7 SÓ:2,34

Almalé 100%-os
Sertés fasírtgolyó
Kelkáposztafőzelék (1,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Mandarin

Allergének:
1,12

EN:392
ZS:7,4 TZS:2,1 FH:16,6
SZH:61,3 CK:30,8 SÓ:1,43

Paradicsomleves (1,3,9)
Magyaros sertésszelet
Pecsényelé (1,12)
Párolt rizs
Fűszeres karotta kukoricával (10)
Mikulás desszert (1,6)

Allergének:
1,3,6,9,10,12

EN:612
ZS:23,6 TZS:5,1 FH:16,6
SZH:79,5 CK:20,9 SÓ:1,29

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájás
Kifli (1,7)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:197
ZS:5,7 TZS:2 FH:7,1
SZH:28,3 CK:2 SÓ:0,87

Soproni felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Kígyóuborka

Allergének:
1

EN:198
ZS:6,3 TZS:2,3 FH:6,5
SZH:27,6 CK:0,6 SÓ:1,12

Natúr szendvicsskrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Retek

Allergének:
1,7

EN:162
ZS:3,3 TZS:1,6 FH:4,5
SZH:26,9 CK:0,7 SÓ:0,84

Paprikás szalámi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kígyóuborka

Allergének:
1

EN:197
ZS:6,9 TZS:2,5 FH:6,2
SZH:26 CK:0,5 SÓ:1,12

Alma
Tengeri sós kukoricacsna

Allergének:

EN:120
ZS:0,4 TZS:0,1 FH:2,1
SZH:25,5 CK:7,4 SÓ:0,38

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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. Szezám-mag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgáló személyzetnél! Az ételapváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézését 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

Magyar Természetvédők Szövetsége
Föld Barátai Magyarországon

szakmai ajánlásával jött létre.

Pécs

Óvoda

2025.12.08.–2025.12.14.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej (7)
Fahéjas gabonapehely (1,6)

Kakaós tej (7)
Fonottka (1,3,6,7)

Tea
Sajtkrém (7)
Fehér kenyér (1)

Tea
Petrezselymes uborkás tojáskrém
(3,10,12)
Zsemle (1)

Tea
Csirkemell sonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Tea
Reszelt sajt (7)
Margarin
Zsemle (1)
Kígyóborka

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1,3,6,7

Allergének:
1,7

Allergének:
1,3,10,12

Allergének:
1

Allergének:
1,7

Allergének:

EN:167
ZS:3,5 TZS:2,5 FH:7,7
SZH:26 CK:16,6 SÓ:0,34

EN:281
ZS:7,1 TZS:3,7 FH:11,2
SZH:42,7 CK:21,1 SÓ:0,59

EN:185
ZS:1,6 TZS:0,7 FH:6,2
SZH:35,3 CK:10,1 SÓ:0,8

EN:230
ZS:3,6 TZS:0,6 FH:5,9
SZH:40 CK:10,7 SÓ:0,87

EN:212
ZS:3,5 TZS:1 FH:7
SZH:36,2 CK:10,1 SÓ:1,22

EN:327
ZS:10,9 TZS:6,4 FH:16,2
SZH:39,5 CK:10 SÓ:1,25

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD A

Zellerkrémleves (1,7,9,12)
Pirított zsemlekocka (1)
Temesvári sertésragu (1,7)
Bulgur (1)

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Dino szelet (1)
Majorannás burgonyafőzelék
(1,7,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Csirkeraguleves (1,3,9,12)
Káposztás tészta (1)
Porcukor szórát
Narancs

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Vegetáriánus chilis bab
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Fahéjas almaleves (1,7,12)
Panírozott halrúd (1,4)
Rizibizi
Káposztasaláta

Májgaluska leves (1,3,9,12)
Bolognai sertésragu (9)
Makaróni tészta (1)
Sajt szórát (7)

Allergének:
1,7,9,12

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:
1,3,9,12

Allergének:
1,3,9,12

Allergének:
1,4,7,12

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:

EN:449
ZS:17 TZS:5,5 FH:14,6
SZH:51,8 CK:2,9 SÓ:0,65

EN:415
ZS:11,9 TZS:2,2 FH:16,9
SZH:56 CK:2,6 SÓ:1,5

EN:460
ZS:8,5 TZS:0,9 FH:15,4
SZH:76,2 CK:34 SÓ:0,73

EN:328
ZS:4,5 TZS:0,6 FH:18,5
SZH:51,9 CK:5,5 SÓ:0,92

EN:512
ZS:11,3 TZS:1,6 FH:17,7
SZH:81,9 CK:29 SÓ:1,23

EN:533
ZS:23,1 TZS:8,1 FH:27,9
SZH:52,2 CK:8 SÓ:0,92

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Magyaros vajkrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Jégcsapretek

Zala felvágott
Margarin
Zsemle (1)
Zöldpaprika

Sertés párizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Jégsaláta

Reszelt sajt (7)
Margarin
Fehér kenyér (1)
Kígyóborka

Túró rudi (6,7)
Mandarin

Kockasajt (7)
Teljes kiőrlésű kifli (1)

Allergének:
1,7

Allergének:
1

Allergének:
1

Allergének:
1,7

Allergének:
6,7

Allergének:
1,7

Allergének:

EN:164
ZS:3,6 TZS:2,1 FH:4,7
SZH:26,5 CK:1 SÓ:0,87

EN:215
ZS:5,9 TZS:2 FH:7,3
SZH:31,1 CK:1 SÓ:1,05

EN:194
ZS:6,1 TZS:2,2 FH:6,2
SZH:27,1 CK:0,4 SÓ:1,05

EN:208
ZS:7,8 TZS:4,5 FH:9,2
SZH:24,4 CK:0,3 SÓ:1

EN:143
ZS:4,5 TZS:3,9 FH:3,9
SZH:20,2 CK:18,5 SÓ:0,03

EN:178
ZS:6,4 TZS:3,9 FH:6,5
SZH:22 CK:1,3 SÓ:1,23

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 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 **HÜSMENTES NAP**
fenntarthatósági program a

Magyar Természetvédők Szövetsége
Föld Barátai Magyarországon

szakmai ajánlásával jött létre.

Pécs

Óvoda

2025.12.15.–2025.12.21.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Vanília ízű tej (7)
Margarin
Foszlós kalács (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:311
ZS:8,5 TZS:4,3 FH:10,7
SZH:47,6 CK:23,1 SÓ:0,63

Tea
Körözött (7)
Zsemle (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:233
ZS:2,6 TZS:1,3 FH:9
SZH:41,1 CK:11,4 SÓ:0,73

Tea
Főtt tojás (3)
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3

EN:217
ZS:4,6 TZS:1,4 FH:6
SZH:35 CK:9,7 SÓ:0,84

Tej (7)
Méz
Margarin
Fehér kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:288
ZS:5,4 TZS:2,7 FH:10,7
SZH:50 CK:26,1 SÓ:0,88

Tea
Soproni felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Paradicsom

Allergének:
1

EN:235
ZS:6,4 TZS:2,3 FH:6,4
SZH:36,3 CK:9,9 SÓ:1,22

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD A

Eperkrémleves (1,7,12)
Parajos penne (1,7)

Allergének:
1,7,12

EN:419
ZS:11 TZS:3 FH:12,9
SZH:66,1 CK:26,7 SÓ:0,36

Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Húsgombóc (1)
Paradicsommártás (1,9)
Főtt burgonya (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9,12

EN:502
ZS:16,1 TZS:3,8 FH:17,5
SZH:67,1 CK:21,5 SÓ:1,26

Bableves füstölt hússal (1,9)
Tejbedara (1,7)
Kakaós szórát
Körte

Allergének:
1,7,9

EN:439
ZS:13,1 TZS:5,7 FH:17,4
SZH:64,9 CK:31,6 SÓ:1,31

Zöldségleves fridattal
(1,3,7,9,12)
Vegetáriánus zöldséggolyó
Burgonyapüré (7)
Cékla savanyúság (10)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:283
ZS:11,6 TZS:1,5 FH:11,8
SZH:30,7 CK:7,1 SÓ:2,51

Almalé 100%-os
Kukorica morzsás csirkemell csík
(1)
Petrezselymes rizs
Coleslaw (3,7,10,12)
Szaloncukor (6)

Allergének:
1,3,6,7,10,12

EN:663
ZS:19,7 TZS:4,5 FH:13,5
SZH:106,4 CK:46,9 SÓ:1,64

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájás
Teljes kiőrlésű kifli (1)
Lilahagyma

Allergének:
1

EN:170
ZS:5,5 TZS:1,9 FH:6,5
SZH:22,3 CK:0,8 SÓ:0,94

Füstölt pulykapárizsi
Margarin
Fehér kenyér (1)

Allergének:
1

EN:178
ZS:5,8 TZS:2 FH:6,2
SZH:24,4 CK:0,3 SÓ:1,08

Csemege szalámi
Margarin
Zsemle (1)
Kígyóuborka

Allergének:
1

EN:216
ZS:6,9 TZS:2,3 FH:6,5
SZH:30,2 CK:0,7 SÓ:1,12

Reszelt sajt (7)
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Jégcsapretek

Allergének:
1,7

EN:221
ZS:7,9 TZS:4,6 FH:9,1
SZH:27 CK:0,4 SÓ:1,04

Epres joghurt (7)
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

EN:247
ZS:2,1 TZS:0,8 FH:7,8
SZH:46,5 CK:19,9 SÓ:0,63

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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. Szezám-mag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgáló személyzetnél! Az ételapváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézését 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

Magyar Természetvédők Szövetsége
Föld Barátai Magyarország

szakmai ajánlásával jött létre.

Pécs			Óvoda			2025.12.22.–2025.12.28.		
hétfő			kedd			szerda		
csütörtök			péntek			szombat		
vasárnap								
TÍZÓRAI	Tej (7) Sárgabarack extra dzsem Margarin Fehér kenyér (1)		Tea Reszelt sajt (7) Margarin Zsemle (1) Jégcsapretek		ÜNNEPNAP		ÜNNEPNAP	
	<u>Allergének:</u> 1,7		<u>Allergének:</u> 1,7		<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>	
	EN:279 ZS:5,4 TZS:2,7 FH:10,7 SZH:46,1 CK:21,7 SÓ:0,88		EN:275 ZS:7,9 TZS:4,4 FH:9,6 SZH:39,5 CK:9,9 SÓ:1,08		EN:0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:		EN:0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	
EBÉD A	Daragaluska leves (1,3,9,12) Vadas sertésragu (1,7,9,10,12) Makaróni tészta (1) Narancs		Almalé 100%-os Paprikás burgonya virslivel (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Cékla savanyúság (10)		ÜNNEPNAP		ÜNNEPNAP	
	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12		<u>Allergének:</u> 1,10,12		<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>	
	EN:457 ZS:16 TZS:3,9 FH:15,3 SZH:61 CK:15,8 SÓ:0,71		EN:457 ZS:14,8 TZS:5,8 FH:11,7 SZH:65,1 CK:26,9 SÓ:2,66		EN:0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:		EN:0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	
UZSONNA	Sajtkrém (7) Teljes kiőrlésű kifli (1) Zöldpaprika		Sertés párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)		ÜNNEPNAP		ÜNNEPNAP	
	<u>Allergének:</u> 1,7		<u>Allergének:</u> 1		<u>Allergének:</u>		<u>Allergének:</u>	
	EN:144 ZS:1,9 TZS:0,8 FH:6,2 SZH:23,6 CK:1,2 SÓ:0,8		EN:189 ZS:6,2 TZS:2,2 FH:6 SZH:25,9 CK:0,4 SÓ:1,15		EN:0 ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:		EN:0 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 (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.

ÉTLAP

HUNGAST
Kérlek még!

Pécs

Óvoda

2025.12.29.–2026.01.04.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tea
Sajtos pogácsa (1,3,7,12)

Allergének:
1,3,7,12

EN:203
ZS:6,5 TZS:3,2 FH:3,4
SZH:31,8 CK:9,7 SÓ:1,1

Tej (7)
Méz
Margarin
Fehér kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:288
ZS:5,4 TZS:2,7 FH:10,7
SZH:50 CK:26,1 SÓ:0,88

Tejeskávé (1,7)
Fonottka (1,3,6,7)

Allergének:
1,3,6,7

EN:290
ZS:6,9 TZS:3,6 FH:10,8
SZH:45,8 CK:22,5 SÓ:0,56

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

MUNKASZÜNETI NAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD A

Eperkrémleves (1,7,12)
Bácsi rizseshús
Csemegeborka (10,12)

Allergének:
1,7,10,12

EN:472
ZS:16,1 TZS:4,5 FH:11,7
SZH:68,8 CK:26,6 SÓ:1,33

Zöldségleves (1,3,12)
Főtt tojás (3)
Zöldborsófőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Körte

Allergének:
1,3,7,12

EN:403
ZS:7,6 TZS:2,2 FH:19,2
SZH:56,2 CK:14,1 SÓ:0,94

Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Malac sült (1)
Hagymás tört burgonya (12)
Párolt lilakáposzta

Allergének:
1,3,7,12

EN:449
ZS:19,9 TZS:4,7 FH:21,6
SZH:42,9 CK:9,7 SÓ:0,89

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

MUNKASZÜNETI NAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájás
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Paradicsom

Allergének:
1

EN:190
ZS:5,4 TZS:1,9 FH:6,5
SZH:27,1 CK:0,9 SÓ:1,04

Vajkrém (7)
Zsemle (1)
Kígyóborka

Allergének:
1,7

EN:183
ZS:3,5 TZS:2 FH:5,3
SZH:30,6 CK:1 SÓ:0,79

Füstölt pulykapárizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1

EN:193
ZS:6,1 TZS:2,1 FH:6,2
SZH:26,8 CK:0,8 SÓ:1,18

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

MUNKASZÜNETI NAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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. 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.