

Budapest

Általános Iskola - Felső tagozat

2025.06.02.–2025.06.06.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Tej (7) Csokis gabonagolyó (1,6) <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN:246 ZS:4,6 TZS:2,3 FH:9 SZH:41,8 CK:23,8 SÓ:0,32	Gyümölcsstea Körözött (7) Félbarna kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,7 EN:195 ZS:2,6 TZS:1,5 FH:8 SZH:34,1 CK:9 SÓ:0,8	Gyümölcsstea Majonézes tojáskrém (3,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,3,10 EN:237 ZS:5,7 TZS:1,2 FH:6,7 SZH:35,8 CK:9,4 SÓ:1,06	Gyümölcsstea Reszelt sajt (7) Margarin Félbarna kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,7 EN:240 ZS:8 TZS:4,6 FH:8,7 SZH:33 CK:8 SÓ:1,05	Tejeskávé (7) Fatörzs kifli (1,3,7) <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:309 ZS:6,5 TZS:3,5 FH:9,9 SZH:48,8 CK:23,4 SÓ:0,63
EBÉD	Brokkolikrémléves (1,7,12) Pírtott zsemlekocka (1) Pincepörkölt (12) Csalamádé (10,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,7,10,12 EN:508 ZS:16 TZS:4,5 FH:19,8 SZH:64,6 CK:3,4 SÓ:2	Zöldborsóleves (1,3,9,12) Paradisomos tonhalas ragu (4,6) Farfalle (1) Sajt szórát (7) <u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9,12 EN:581 ZS:18,5 TZS:6,3 FH:36,9 SZH:65,8 CK:9,4 SÓ:1,64	Tejfölös burgonyaleves (1,7,9,12) Szilvatöltelékes gombóc (1) Porcukor szórát Alma <u>Allergének:</u> 1,7,9,12 EN:716 ZS:13,2 TZS:2,6 FH:14,6 SZH:128,5 CK:38,7 SÓ:1,36	Csontleves (1,3,9,12) Paradisomos húsos káposzta (1) Teljes kiőrlésű kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN:368 ZS:14 TZS:3,4 FH:13,9 SZH:43,3 CK:15,4 SÓ:1,1	Fahéjas almaleves (1,7,12) Párolt sertésszelet, karajból Sajtmártás (1,7,12) Petrezselymes rizs <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN:610 ZS:17,3 TZS:4,2 FH:20,3 SZH:89 CK:24,8 SÓ:1,61
UZSONNA	Libazsír Félbarna kenyér (1) Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1 EN:271 ZS:15,5 TZS:4,2 FH:4,1 SZH:26,9 CK:1,1 SÓ:0,65	Sertéspárizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1) Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1 EN:217 ZS:7,9 TZS:2,9 FH:7,5 SZH:27,6 CK:0,4 SÓ:1,24	Kenőmájás Kifli (1,7) <u>Allergének:</u> 1,7 EN:219 ZS:8,1 TZS:2,9 FH:8,2 SZH:27,7 CK:1,9 SÓ:1,04	Gépsonka Margarin Zsemle (1) <u>Allergének:</u> 1 EN:204 ZS:4,2 TZS:1,4 FH:8,9 SZH:30,8 CK:1,3 SÓ:1,54	Kockasajt (7) Kifli (1,7) <u>Allergének:</u> 1,7 EN:203 ZS:6,6 TZS:4 FH:7 SZH:27,9 CK:2,1 SÓ:1,15

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 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 Magyarország
szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

HUNGAST
Kérek még!

Budapest

Általános Iskola - Felső tagozat

2025.06.09.–2025.06.13.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
TÍZÓRAI				Tej (7) Csokoládékrém (6,7) Félbarna kenyér (1)			Gyümölcsstea Vaníliás túrókrém (7) Zsemle (1)			Karamellás tej (7) Margarin Foszlós kalács (1,3,7)			Gyümölcsstea Majonézes tojáskrém (3,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom		
	<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u> 1,6,7			<u>Allergének:</u> 1,7			<u>Allergének:</u> 1,3,7			<u>Allergének:</u> 1,3,10		
	EN:			EN:331			EN:232			EN:366			EN:235		
	ZS:	TZS:	FH:	ZS:11,6	TZS:4,1	FH:11,2	ZS:2,7	TZS:1,4	FH:8,4	ZS:11,2	TZS:5,1	FH:11,1	ZS:5,7	TZS:1,2	FH:6,6
EBÉD	ÜNNEPNAP			Tarhonyaleves (1,12) Sertéspörkölt (1) Zöldborsófőzelék (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)			Vöröslencse krémleves (1,7,10,12) Leves gyöngy (1,3,7) Rántott sajt (1,7) Petrezselymes rizs Tartármártás (3,7,10)			Tojásleves (1,3) Sertéshúsgolyó (1,3) Svéd mártás (1,6,7,10,12) Áfonyaszósz Tört burgonya (12) Alma			Paradicsomleves (1,3,9) Grillfűszeres sertés szelet Pecsényel (1,12) Párolt rizs Fűszeres karotta kukoricával (10)		
	<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u> 1,7,12			<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12			<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,10,12			<u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12		
	EN:0			EN:550			EN:859			EN:662			EN:462		
	ZS:	TZS:	FH:	ZS:15,8	TZS:5,2	FH:27,5	ZS:37	TZS:11,1	FH:25,9	ZS:28,9	TZS:6,1	FH:19,3	ZS:16,6	TZS:2,5	FH:15
UZSONNA				Kenőmájás Kifli (1,7) Kigyóuborka			Natúr szendvicskrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek			Nyári turista Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kigyóuborka			Piskóta szelet (1,3,6,7) Alma		
	<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u> 1,7			<u>Allergének:</u> 1,7			<u>Allergének:</u> 1			<u>Allergének:</u> 1,3,6,7		
	EN:			EN:223			EN:172			EN:210			EN:142		
	ZS:	TZS:	FH:	ZS:8,1	TZS:2,9	FH:8,5	ZS:4,2	TZS:2	FH:4,6	ZS:8	TZS:3	FH:6,8	ZS:5,6	TZS:2,8	FH:2,1
	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:28,2	CK:1,9	SÓ:1,04	SZH:27	CK:0,8	SÓ:0,91	SZH:26,4	CK:0,4	SÓ:1,19	SZH:23,4	CK:19	SÓ:0,13

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 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.

Budapest

Általános Iskola - Felső tagozat

2025.06.16.–2025.06.20.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Tej (7) Dzsungel gabonapehely (1,6) <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN:203 ZS:3,7 SZH:33,1 TZS:2,1 FH:8,9 CK:18,1 SÓ:0,44	Gyümölcsstea Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1 EN:236 ZS:7,7 SZH:33,6 TZS:2,9 FH:7,6 CK:8 SÓ:1,21	Tejbedara (1,7) Kakaós szórat <u>Allergének:</u> 1,7 EN:265 ZS:7 SZH:41,2 TZS:4,7 FH:8,8 CK:27,3 SÓ:0,48	Gyümölcsstea Póréhagymás túrókrém (7) Zsemle (1) <u>Allergének:</u> 1,7 EN:220 ZS:2,7 SZH:38,2 TZS:1,4 FH:8,4 CK:9,1 SÓ:0,73	Gyümölcsstea Petrezselymes uborkás tojáskrém (3,10,12) Félbarna kenyér (1) Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,3,10,12 EN:229 ZS:5,4 SZH:35,9 TZS:1,1 FH:6,5 CK:9,7 SÓ:1
EBÉD	Zellerkrémleves (1,7,9,12) Pirított zsemlekocka (1) Tarhonyás hús (1) Csalamádé (10,12) <u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12 EN:563 ZS:20,7 SZH:70,1 TZS:5,1 FH:21,9 CK:6,2 SÓ:1,31	Zöldségleves (1,3,12) Dino szelet (1) Magyaros burgonyafőzelék (1,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,3,12 EN:443 ZS:11,2 SZH:62,7 TZS:1,3 FH:17,6 CK:2,8 SÓ:1,58	Csirkeraguleves (1,3,9,12) Dejós morzsás nudli (1) Vaníliás öntet (7) Alma <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN:727 ZS:12,8 SZH:105,1 TZS:2,8 FH:25,7 CK:35,9 SÓ:2,15	Hamisgulyás (1,3,9,12) Vegetáriánus chilis bab Teljes kiőrlésű kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN:436 ZS:5,7 SZH:68,3 TZS:0,7 FH:26,2 CK:7,8 SÓ:1,21	Almalé 100%-os Rántott csirkemell (1) Rizibizi Káposztasaláta <u>Allergének:</u> 1 EN:676 ZS:16 SZH:107,1 TZS:2,1 FH:22,7 CK:30,3 SÓ:1,91
UZSONNA	Vajkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,7 EN:176 ZS:4,6 SZH:27 TZS:2,8 FH:5,1 CK:0,9 SÓ:0,93	Reszelt sajt (7) Margarin Zsemle (1) Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7 EN:244 ZS:7,9 SZH:31,2 TZS:4,4 FH:9,8 CK:1,2 SÓ:1,05	Sertéspárizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1) Salátalevél <u>Allergének:</u> 1 EN:216 ZS:7,9 SZH:27,4 TZS:2,9 FH:7,4 CK:0,4 SÓ:1,24	Magyaros vajkrém (7) Félbarna kenyér (1) Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1,7 EN:192 ZS:6,6 SZH:27,2 TZS:4,1 FH:5,5 CK:1,8 SÓ:0,93	Túrós rudi (6,7) Alma <u>Allergének:</u> 6,7 EN:145 ZS:4,5 SZH:21,5 TZS:3,9 FH:3,9 CK:20,3 SÓ:0,03

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 ételváltoztatás 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 Magyarország
szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

HUNGAST
Kérlek még!

Budapest

Általános Iskola - Felső tagozat

2025.06.23.–2025.06.27.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Tej (7) Margarin Foszlós kalács (1,3,7) <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:313 ZS:11,2 TZS:5,3 FH:11,9 SZH:41,6 CK:16,8 SÓ:0,82	Gyümölcsstea Körözött (7) Zsemle (1) Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7 EN:229 ZS:2,6 TZS:1,3 FH:9,1 SZH:39,7 CK:9,7 SÓ:0,8	Gyümölcsstea Sajtkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,7 EN:200 ZS:2,4 TZS:1,1 FH:7 SZH:35,9 CK:8,7 SÓ:1	Tej (7) Szamóca extra dzsem Margarin Félbarna kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,7 EN:283 ZS:5,6 TZS:2,8 FH:10,4 SZH:47,6 CK:22,2 SÓ:0,93	Gyümölcsstea Főtt tojás (3) Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,3 EN:224 ZS:5,1 TZS:1,5 FH:6,8 SZH:34,3 CK:7,9 SÓ:0,86
EBÉD	Eperkrémleves (1,7,12) Borsos sertéstokány (1) Orsó tészta (1) Csmegeuborka (10,12) <u>Allergének:</u> 1,7,10,12 EN:687 ZS:23,6 TZS:6,7 FH:23,3 SZH:94 CK:30 SÓ:1,39	Zöldborsóleves (1,3,9,12) Paradicsomos húsgombó (1,3,9) Főtt burgonya (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN:630 ZS:20,6 TZS:5,1 FH:22,3 SZH:83,4 CK:26,5 SÓ:1,58	Bableves füstölt hússal (1,9) Tejbedara (1,7) Kakaós szórát Alma Félbarna kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,7,9 EN:580 ZS:16,2 TZS:6,9 FH:23,4 SZH:87,7 CK:43,5 SÓ:2	Daragaluska leves (1,3,9,12) Sajtos zöldségvagdalt (1,3,7) Burgonyapüré (7,12) Cékla savanyúság (10) <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12 EN:488 ZS:13,9 TZS:4,6 FH:15,1 SZH:69,6 CK:6,6 SÓ:1,76	Zöldségkrémleves (1,7,9) Leves gyöngy (1,3,7) Panírozott halrúd (1,4) Petrezselymes rizs Coleslaw (3,7,10,12) <u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9,10,12 EN:672 ZS:24,2 TZS:4,5 FH:20,7 SZH:90,3 CK:7,7 SÓ:1,87
UZSONNA	Kenőmájás Teljes kiőrlésű kifli (1) Lilahagyma <u>Allergének:</u> 1 EN:199 ZS:7,9 TZS:2,8 FH:7,8 SZH:22,8 CK:1,5 SÓ:1,11	Füstölt pulykapárizsi Margarin Félbarna kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1 EN:202 ZS:7,7 TZS:2,8 FH:7 SZH:26 CK:0,6 SÓ:1,33	Nyári turista Margarin Zsemle (1) Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1 EN:229 ZS:7,8 TZS:2,8 FH:7,4 SZH:30,6 CK:0,7 SÓ:1,14	Sajtszelet (7) Margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1) Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,7 EN:222 ZS:7,9 TZS:4,6 FH:9,2 SZH:27,2 CK:0,4 SÓ:1,05	Kockasajt (7) Kifli (1,7) <u>Allergének:</u> 1,7 EN:203 ZS:6,6 TZS:4 FH:7 SZH:27,9 CK:2,1 SÓ:1,15

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. Puhatestűek. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgáló személyzetnél! Az étlapváltoztatás 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



szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

HUNGAST
Kérlek még!

Budapest

Általános Iskola - Felső tagozat

2025.06.30.–2025.07.04.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
TÍZÓRAI	Tej (7) Margarin Kifli (1,7) <u>Allergének:</u> 1,7 EN:243 ZS:5,9 SZH:36 TZS:2,8 FH:10,9 SÓ:0,81 CK:10,5	Gyümölcsstea Áfonyás túrókrém (7) Zsemle (1) <u>Allergének:</u> 1,7 EN:232 ZS:2,1 SZH:43,1 TZS:1 FH:8 SÓ:0,65 CK:14	Gyümölcsstea Majonézes tojáskrém (3,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,3,10 EN:228 ZS:5,6 SZH:34,3 TZS:1,2 FH:6,3 SÓ:1,06 CK:8,8	Tej (7) Méz Margarin Félbarna kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,7 EN:292 ZS:5,6 SZH:51,4 TZS:2,8 FH:10,4 SÓ:0,93 CK:26,4	Gyümölcsstea Füstölt baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1 EN:240 ZS:8 SZH:33,4 TZS:2,7 FH:7,1 SÓ:1,38 CK:7,8
EBÉD	Zöldségleves (1,3,12) Csikós sertéstokány (1,7) Párolt rizs <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN:574 ZS:25,4 SZH:66,7 TZS:7,6 FH:18,2 SÓ:0,84 CK:3	Édes gyökekrémleves (1,7,9,12) Leves gyöngy (1,3,7) Bolognai sertésragu (9) Teljes kiőrlésű spagetti (1) Sajt szórat (7) <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN:699 ZS:31 SZH:68,5 TZS:11,4 FH:31,7 SÓ:0,88 CK:10,9	Lebbencsleves (1,12) Túrótöltelikes gombóc (1,7) Porcukor szórat <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN:645 ZS:12,1 SZH:114,8 TZS:2,5 FH:16,5 SÓ:1,88 CK:20	Csontleves (1,3,9,12) Csirkefasírt (1,3) Lencsefőzelék (1,7,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12 EN:653 ZS:17,7 SZH:81,8 TZS:4,6 FH:35,8 SÓ:2,53 CK:17,3	Meggyleves (1,7,12) Kukorica morzsás csirkemell csík (1) Petrzelymes burgonya (12) Vitaminsaláta (12) <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN:633 ZS:17,2 SZH:94,9 TZS:2,4 FH:19,9 SÓ:1,78 CK:26,7
UZSONNA	Zöldpaprika Natúr szendvicsszén (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,7 EN:176 ZS:4,3 SZH:27,8 TZS:2 FH:4,7 SÓ:0,86 CK:1,4	Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1 EN:221 ZS:8,6 SZH:26,7 TZS:3 FH:7,7 SÓ:1,45 CK:0,4	Sajtszelet (7) Margarin Félbarna kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,7 EN:203 ZS:7,3 SZH:25,6 TZS:4 FH:8,9 SÓ:1,09 CK:0,6	Zala felvágott Margarin Zsemle (1) Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1 EN:235 ZS:7,6 SZH:31 TZS:2,7 FH:8,6 SÓ:1,26 CK:0,7	Sajtos kifli (1,7) Alma <u>Allergének:</u> 1,7 EN:169 ZS:1,5 SZH:33,7 TZS:0,8 FH:4,2 SÓ:0,55 CK:10,5

Allergénjelölés magyarázata: 1. Glutén tartalmú 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. Csillagfű; 14. Puhatestűk. 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



szakmai ajánlásával jött létre.