

# ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

PÉCS

Felnőtt AB menü

2023.04.03 – 2023.04.09.

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:

EBÉD A

Tejfölös zöldbaleves  
Tarhonyás sertéshús  
Csalamádé

Allergének:  
1, 3, 7, 10

EN: 876  
ZS: 29,4 TZS: 8,9 FH: 36,1  
SZH: 110,5 CK: 8,3 SÓ: 4,3

Lebbencsleves  
Sertésfasírt  
Tökfőzelék  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Húsvéti desszert

Allergének:  
1, 3, 6, 7, 9, 10, 12

EN: 860  
ZS: 28,3 TZS: 8,3 FH: 31,8  
SZH: 116 CK: 6,5 SÓ: 3,8

Szárnyas raguleves  
Mákos guba  
Vaníliás öntettel  
Alma

Allergének:  
1, 3, 7, 9, 10

EN: 955  
ZS: 29,1 TZS: 5,4 FH: 35,5  
SZH: 131,5 CK: 62,3 SÓ: 2,2

Daragaluskaleves  
Zöldborsós csirkeragu  
Párolt rizs  
Káposztasaláta

Allergének:  
1, 3, 9, 10

EN: 862  
ZS: 16,9 TZS: 2,1 FH: 38,7  
SZH: 133,7 CK: 18,7 SÓ: 2,4

ÜNNEP NAP

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 B

Tejfölös zöldbaleves  
Reszelt sertésmáj  
Tört burgonya  
Csalamádé

Allergének:  
1, 3, 7, 10, 12

EN: 709  
ZS: 16,7 TZS: 3,3 FH: 31,8  
SZH: 105 CK: 4 SÓ: 4

Lebbencsleves  
Mézes, mustáros csirkeragu  
Párolt rizs  
Húsvéti desszert

Allergének:  
1, 3, 9, 10, 12

EN: 746  
ZS: 17,6 TZS: 3,1 FH: 32,2  
SZH: 113,1 CK: 6,6 SÓ: 3,1

Szárnyas raguleves  
Burgonyás kocka  
Céklasaláta  
Alma

Allergének:  
1, 3, 9, 10, 12

EN: 738  
ZS: 18 TZS: 1,4 FH: 31,2  
SZH: 113,9 CK: 20,4 SÓ: 3,3

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

ÜNNEP NAP

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:

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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Az étetek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzetnél! 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 étetek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

**PÉCS**
**Felnőtt AB menü**
**2023.04.10 – 2023.04.16.**

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>REGGELI</b>	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
<b>EBÉD A</b>	<b>HÚSVÉT</b> <u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	Tarhonyaleves Főtt tojás Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9, 10, 12 EN: 739 ZS: 21,5 TZS: 8,2 FH: 31,1 SZH: 98,9 CK: 18,9 SÓ: 2,7	Paradicsomleves Rántott csirkemell Zöldséges bulgur Vitaminasaláta <u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 9, 10 EN: 931 ZS: 12,2 TZS: 2,1 FH: 47,1 SZH: 152 CK: 42,2 SÓ: 3,1	Zöldségleves Főtt virsli Magyaros burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 3, 9, 10, 12 EN: 865 ZS: 29,8 TZS: 8,2 FH: 28,4 SZH: 115,4 CK: 4,7 SÓ: 4,3	Bableves Sajtos, tejfőlés tészta Alma <u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9, 10 EN: 834 ZS: 26,8 TZS: 14 FH: 36,6 SZH: 106,4 CK: 16,9 SÓ: 3	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
<b>EBÉD B</b>	<b>HÚSVÉT</b> <u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<b>TAVASZI SZÜNET</b> EN: ZS: SZH:	Paradicsomleves Zöldséges sertéshúsos ragu Penne <u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9, 10 EN: 897 ZS: 34,1 TZS: 11,2 FH: 33,6 SZH: 112,6 CK: 33 SÓ: 2,8	Zöldségleves Baconos csirkemájragu Párolt rizs Házi vegyes saláta <u>Allergének:</u> 1, 3, 9, 10 EN: 864 ZS: 31,4 TZS: 5,4 FH: 39,6 SZH: 102,9 CK: 16,6 SÓ: 3,5	Bableves Tejbedara Kakaós szórattal Alma <u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9, 10 EN: 713 ZS: 14,1 TZS: 3,6 FH: 23 SZH: 119,3 CK: 54,4 SÓ: 2	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
<b>VACSORA</b>	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:

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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzetnél! Az ételapváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézésekérjük, 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.


**TUDJ MEG TÖBBET!**

**A HÚSMENTES PÉNTEK**  
fenntarthatósági program a


szakmai ajánlásával jött létre.

**PÉCS**
**Felnőtt AB menü**
**2023.04.17 – 2023.04.23.**

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>REGGELI</b>	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:
<b>EBÉD A</b>	Magyaros gombaleves Dino szelet Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 10 EN: 892 ZS: 28,8 TZS: 4,1 FH: 39,2 SHH: 113,1 CK: 18 SÓ: 4,3	Húsleves Főtt sertésszelet Gyümölcsmártás Pirított dara <u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 9, 10 EN: 924 ZS: 26,5 TZS: 8,2 FH: 31,4 SHH: 136,7 CK: 49,9 SÓ: 3,7	100 %-os gyümölcsle Bácskai rizses sertéshús Csemege uborka <u>Allergének:</u> 1, 10 EN: 802 ZS: 21,1 TZS: 6,6 FH: 26,3 SHH: 112,1 CK: 40,1 SÓ: 3,9	Frankfurti leves Szilvalekváros derelye <u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 10, 12 EN: 918 ZS: 17,4 TZS: 4,4 FH: 30,9 SHH: 151,8 CK: 18,6 SÓ: 2,3	Újhagymás burgonyakrémeles Vegetáriánus Bolognai ragu Spagetti Reszelt sajttal <u>Allergének:</u> 1, 6, 7, 9, 10, 12 EN: 741 ZS: 19,7 TZS: 7,1 FH: 27,6 SHH: 114,7 CK: 15,4 SÓ: 2	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:
<b>EBÉD B</b>	Magyaros gombaleves Pritaminos csirkefasírt Párolt rizs Csalamádé <u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 10 EN: 816 ZS: 23,8 TZS: 6,7 FH: 30,5 SHH: 118,2 CK: 7,3 SÓ: 4,2	Húsleves Temesvári sertésragu Főtt tészta <u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 9, 10 EN: 810 ZS: 29,3 TZS: 9,2 FH: 34 SHH: 101,1 CK: 10,2 SÓ: 3,4	100%-os gyümölcsle Sertéshúsos rakott burgonya Csemege uborka <u>Allergének:</u> 1, 7, 10, 12 EN: 782 ZS: 28 TZS: 9,3 FH: 26,1 SHH: 97,9 CK: 31,6 SÓ: 2,5	Frankfurti leves Mákos metélt <u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 10, 12 EN: 869 ZS: 28,3 TZS: 6,4 FH: 33,5 SHH: 117 CK: 28,2 SÓ: 2	Újhagymás burgonyakrémeles Rántott sajt Petrezselymes rizs Tartármártás <u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 10, 12 EN: 900 ZS: 34 TZS: 13,6 FH: 26,4 SHH: 115,7 CK: 11,2 SÓ: 4,3	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:
<b>VACSORA</b>	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SHH: 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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűk. Az étel allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzetnél! Az ételapváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézésekérjük, megértésed köszönjük. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SHH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag). A csillaggal (\*) megjelölt étel fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.


**TUDJ MEG TÖBBET!**

**A HÜSMENTES PÉNTEK**  
fenntarthatósági program a

 föld barátai Magyarország  
szakmai ajánlásával jött létre.

## PÉCS

## Felnőtt AB menü

2023.04.24 – 2023.04.30.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap		
REGGELI	<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>		
EBÉD A	<p>Meggyleves Pritaminos sertésragu Párolt rizs Csemege uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7, 10</p> <p>EN: 907 ZS: 29,4 TZS: 8,1 FH: 26,9 SZH: 128,3 CK: 38,4 SÓ: 3</p>	<p>Köményleves Zsemlekockával Paradicsomos sertés húsgombóc Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9, 10, 12</p> <p>EN: 795 ZS: 23,2 TZS: 6,4 FH: 28,7 SZH: 115,2 CK: 30,2 SÓ: 4,3</p>	<p>Kertészleves Csirkepörkölt Főtt tészta Céklasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 9, 10</p> <p>EN: 892 ZS: 19,4 TZS: 2,1 FH: 42,6 SZH: 131 CK: 13,8 SÓ: 4,2</p>	<p>Daragaluskeves Főtt virsli Sárgaborsófézelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 9, 10</p> <p>EN: 826 ZS: 32,9 TZS: 9,6 FH: 37,9 SZH: 88,5 CK: 8,6 SÓ: 4,2</p>	<p>Hamis gulyásleves Dejós nudli Vaníliás öntettel Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 9, 10, 12</p> <p>EN: 994 ZS: 18,8 TZS: 3,6 FH: 26,7 SZH: 154,2 CK: 38,3 SÓ: 4,3</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>Meggyleves Paprikás burgonya kolbásszal Csemege uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7, 10, 12</p> <p>EN: 717 ZS: 20,3 TZS: 6,1 FH: 16,3 SZH: 116,6 CK: 36,5 SÓ: 2,5</p>	<p>Köményleves Zsemlekockával Sajtos, tejfölös sertésszelet Pritaminos rizs Céklasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7, 9, 10</p> <p>EN: 794 ZS: 32,1 TZS: 12,5 FH: 37,5 SZH: 89,2 CK: 10,3 SÓ: 3,2</p>	<p>Kertészleves Görög fűszeres csirkemell Steak burgonya Friss saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 9, 10</p> <p>EN: 726 ZS: 20,1 TZS: 12,5 FH: 35,7 SZH: 99,3 CK: 15,7 SÓ: 3,8</p>	<p>Daragaluskeves Rakott zöldbab sertéshússal</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9, 10</p> <p>EN: 716 ZS: 27,5 TZS: 9,3 FH: 26,7 SZH: 89,6 CK: 8,2 SÓ: 1,7</p>	<p>Hamis gulyásleves Túrós metélt Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9, 10, 12</p> <p>EN: 759 ZS: 22,4 TZS: 13 FH: 33,3 SZH: 105,2 CK: 19,7 SÓ: 2,2</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>	
VACSORA	<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>		

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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Az étel allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzetnél! 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 étel fénycépes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.