

Bakony Gaszt

Óvoda

2025.03.03.–2025.03.09.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	<p>Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:283 ZS: 5,6 TZS: 2,8 FH: 10,4 SZH:47,6 CK:22 SÓ: 0,93</p>	<p>Gyümölcsstea Sajtszelet Margarin Zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 268 ZS: 7,9 TZS: 4,4 FH: 9,6 SZH:37,6 CK: 8,1 SÓ: 1,08</p>	<p>Gyümölcsstea Póréhagymás túrókrém Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 203 ZS: 2,8 TZS: 1,6 FH:7,9 SZH:35 CK: 8,8 SÓ: 0,68</p>	<p>Tejbedara Kakaós szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 219 ZS: 5,7 TZS: 3,8 FH: 7,2 SZH:34,4 CK: 23,1 SÓ: 0,38</p>	<p>Gyümölcsstea Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 194 ZS: 3,6 TZS: 2,1 FH: 4,7 SZH: 33,9 CK: 8,4 SÓ: 0,87</p>		
<b>EBÉD</b>	<p>Daragaluska leves Vadas sertésragu Makaróni tészta Narancs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN:493 ZS: 18,8 TZS: 4,9 FH: 17,9 SZH:61 CK:15,8 SÓ: 0,71</p>	<p>Karamellás körteleves Paprikás burgonya virslivel Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 417 ZS: 16,1 TZS: 6,7 FH: 11 SZH:53,6 CK: 25 SÓ: 2,4</p>	<p>Paradicsomleves Panírozott halrúd Petrezselymes bulgur Házi vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,9</p> <p>EN: 564 ZS: 16,6 TZS: 1,7 FH:16,9 SZH:79,6 CK: 23,8 SÓ: 1,22</p>	<p>Tarhonyaleves Csirkepörkölt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 409 ZS: 16,6 TZS: 5,7 FH: 15,6 SZH:46,6 CK: 8,8 SÓ: 1,44</p>	<p>Sárgaborsó krémleves Színes levesgyöngy Sajtos zöldségvagdalt Pritaminos rizs Kapormártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 647 ZS: 23,2 TZS: 7,4 FH: 19,3 SZH: 86,7 CK: 16,8 SÓ: 1,25</p>		
<b>UZSONNA</b>	<p>Sajtkrém Teljes kiőrlésű kifli Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:144 ZS: 1,9 TZS: 0,8 FH: 6,2 SZH:23,6 CK:1,2 SÓ: 0,8</p>	<p>Sertés párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 189 ZS: 6,2 TZS: 2,2 FH: 6 SZH:25,9 CK: 0,4 SÓ: 1,15</p>	<p>Házi piskóta kocka Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 164 ZS: 3,4 TZS: 0,6 FH:5,2 SZH:27,7 CK: 19 SÓ: 0,16</p>	<p>Gépsonka Margarin Zsemle Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 194 ZS: 3,7 TZS: 1,1 FH: 7,6 SZH:30,8 CK: 1,1 SÓ: 1,27</p>	<p>Piros gyümölcsös joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 246 ZS: 2,5 TZS: 0,8 FH: 8,5 SZH: 44 CK: 16,1 SÓ: 0,65</p>		

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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.



A **HÜSMENTES PÉNTEK**  
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztyszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutén tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földmogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a láktörsz); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Széamag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az éttelek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklőző kiszolgálást végző munkatársainknál diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti ételfelhívatóztatást előre is elnevezést kérjük, megértésedért köszönjük. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsír; g/adag), FH (fehérje; a/adag), SZH (szénhidrát; a/adag), CK (cukor; a/adag), SÓ (só; a/adag) \*A csillaag jelölt éttelek fénypénke receptje honlapunkon ([www.hunastat.hu](http://www.hunastat.hu)) meatekinthető.



A **HÚSMENTES PÉNTEK**  
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Bakony Gaszt

Óvoda

2025.03.17.–2025.03.23.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Kakaós csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:318 ZS: 14 TZS: 8 FH: 9,6 SZH:37,9 CK:20,4 SÓ: 0,6</p>	<p>Epres joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 247 ZS: 2,1 TZS: 0,8 FH: 7,8 SZH:46,5 CK: 19,9 SÓ: 0,63</p>	<p>Gyümölcsstea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 200 ZS: 2,7 TZS: 1,4 FH:8,1 SZH:34,1 CK: 8,8 SÓ: 0,78</p>	<p>Tej Dzsungel gabonapehely</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 165 ZS: 3,4 TZS: 2,1 FH: 8,1 SZH:25,2 CK: 15,2 SÓ: 0,36</p>	<p>Gyümölcsstea Petrezselymes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 209 ZS: 3,9 TZS: 0,8 FH: 5,6 SZH: 34,9 CK: 8,9 SÓ: 0,93</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
EBÉD	<p>Zöldségkrémleves Pirított zsemlekocka Sertéspörkölt Orsó tészta Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10</p> <p>EN:527 ZS: 19,2 TZS: 5 FH: 21,4 SZH:65,7 CK:9,4 SÓ: 1,42</p>	<p>Zöldborsóleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 504 ZS: 16,2 TZS: 3,9 FH: 17,7 SZH:67,3 CK: 21,4 SÓ: 1,31</p>	<p>Őszibarack krémleves Panírozott halrúd Petrezselymes rizs Coleslaw saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,10,12</p> <p>EN: 600 ZS: 19,5 TZS: 2,6 FH:14,9 SZH:89,7 CK: 28 SÓ: 1,84</p>	<p>Daragaluska leves Sertésfasírt Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Narancs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 545 ZS: 17,5 TZS: 4,7 FH: 24,1 SZH:64,3 CK: 9,4 SÓ: 1,64</p>	<p>Hamisgulyás Mákos nudli Vaníliás öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 670 ZS: 13,8 TZS: 2,8 FH: 14,6 SZH: 98,4 CK: 30,1 SÓ: 1,72</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
UZSONNA	<p>Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:167 ZS: 3,7 TZS: 2,1 FH: 4,7 SZH:27 CK:1,1 SÓ: 0,84</p>	<p>Sajtszelet Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 213 ZS: 8 TZS: 4,6 FH: 8,9 SZH:26 CK: 0,6 SÓ: 1,09</p>	<p>Gépsonka Margarin Zsemle Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 194 ZS: 3,7 TZS: 1,1 FH:7,6 SZH:30,8 CK: 1,1 SÓ: 1,27</p>	<p>Sertés párizsi Margarin Császárszemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 227 ZS: 8,5 TZS: 3,4 FH: 6,8 SZH:30,6 CK: 1,7 SÓ: 1,09</p>	<p>Kockasajt Kifli Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 234 ZS: 6,6 TZS: 4 FH: 7,4 SZH: 34,9 CK: 9,1 SÓ: 1,16</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztszennyezéssel 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést biztosítunk. A szükség szerinti ételapváltoztatásért 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.



A **HÜSMENTES PÉNTEK**  
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Bakony Gaszt

Óvoda

2025.03.24.–2025.03.30.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Kakaós tej Foszlós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:323 ZS: 8,5    TZS: 4,2    FH: 10,5 SZH:48,1    CK:27,4    SÓ: 0,72</p>	<p>Vaníliás tej Margarin Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 301 ZS: 5,9    TZS: 2,6    FH: 10,1 SZH:48,1    CK: 21,3    SÓ: 0,88</p>	<p>Gyümölcsstea Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 220 ZS: 6    TZS: 2,1    FH:6,4 SZH:33,4    CK: 7,8    SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcsstea Sajtkrém Zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 209 ZS: 1,7    TZS: 0,6    FH: 6,8 SZH:39,5    CK: 8,7    SÓ: 0,88</p>	<p>Gyümölcsstea Barackos túrókrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 222 ZS: 1,9    TZS: 0,9    FH: 7,5 SZH: 41,8    CK: 12,7    SÓ: 0,65</p>		
EBÉD	<p>Almalé 100%-os Bácskai rizseshús Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 10,12</p> <p>EN:498 ZS: 19,5    TZS: 5,5    FH: 14,5 SZH:64,7    CK:26,5    SÓ: 1,29</p>	<p>Lebbencsleves Virslí Gyöngybabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 631 ZS: 28,3    TZS: 9,3    FH: 24 SZH:66,8    CK: 8,8    SÓ: 2,29</p>	<p>Paradicsomleves Csirkemell nuggets Petrezselymes burgonya Házi vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 476 ZS: 13,3    TZS: 1,6    FH:15 SZH:70    CK: 23,1    SÓ: 1,26</p>	<p>Nyírségi gombóclevés Darásmetélt Eperöntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 529 ZS: 17,9    TZS: 4,9    FH: 18,1 SZH:72,6    CK: 14,8    SÓ: 0,49</p>	<p>Zöldségleves Főtt tojás Sóskamártás Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér Gesztenyerúd</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 431 ZS: 11,1    TZS: 4,7    FH: 13,1 SZH: 63,2    CK: 20,9    SÓ: 0,97</p>		
UZSONNA	<p>Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:190 ZS: 5,4    TZS: 1,9    FH: 6,4 SZH:27,2    CK:1,3    SÓ: 1,04</p>	<p>Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 168 ZS: 3    TZS: 0,9    FH: 7 SZH:26,8    CK: 0,7    SÓ: 1,32</p>	<p>Sajtszelet Margarin Császárszemle Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 244 ZS: 9,6    TZS: 5,2    FH:9,8 SZH:30,1    CK: 1,6    SÓ: 1,05</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 194 ZS: 7    TZS: 2,5    FH: 5,7 SZH:25,7    CK: 0,4    SÓ: 1,17</p>	<p>Házi sajtos pogácsa Banán</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 360 ZS: 12,1    TZS: 6,2    FH: 8,1 SZH: 53,8    CK: 9,6    SÓ: 1,04</p>		

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztiszennyeződéssel 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést biztosítunk. A szükség szerinti ételapváltoztatásért 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.



A **HÜSMENTES PÉNTEK**  
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.



Bakony Gaszt

Óvoda

2025.03.31.–2025.04.06.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p>Tej Csokis gabonagolyó</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:168 ZS: 3,8    TZS: 2,2    FH: 7,8 SZH:25,6    CK:16,6    SÓ: 0,26</p>	<p>Gyümölcsstea Főtt virsli Mustár Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10</p> <p>EN: 332 ZS: 15,3    TZS: 5,8    FH: 11,4 SZH:35,7    CK: 8,3    SÓ: 2,19</p>	<p>Tejeskávé Fatörzs kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 309 ZS: 6,5    TZS: 3,5    FH:9,9 SZH:48,8    CK: 23,4    SÓ: 0,63</p>	<p>Gyümölcsstea Gépsonka Margarin Császárszemle Saláta levél</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 239 ZS: 6,1    TZS: 2,5    FH: 7,5 SZH:38,1    CK: 9,4    SÓ: 1,23</p>	<p>Gyümölcsstea Majonézes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</p> <p>EN: 211 ZS: 4    TZS: 0,8    FH: 5,7 SZH: 34,8    CK: 8,8    SÓ: 0,91</p>		
EBÉD	<p>Brokkolikrémleves Pirított zsemlekocka Pincepörkölt Csalamádé Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN:425 ZS: 15,8    TZS: 5,1    FH: 16,2 SZH:50    CK:5,3    SÓ: 3,55</p>	<p>Bagolyborsó leves Paradicsomos tonhalas tészta Sajt szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,6,7,9</p> <p>EN: 540 ZS: 18,2    TZS: 7    FH: 31,6 SZH:60,8    CK: 7,3    SÓ: 1,71</p>	<p>Meggyleves Natúr sertésszelet Sajtmártás Pritaminos rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 501 ZS: 15,6    TZS: 5,4    FH:24,6 SZH:65,3    CK: 25,6    SÓ: 1,15</p>	<p>Csontleves Paradicsomos húsos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 370 ZS: 16,2    TZS: 4,4    FH: 15,8 SZH:37,2    CK: 12,9    SÓ: 0,99</p>	<p>Tejfőlös burgonyaleves Szilvátöltelikes gombóc Porcukor szórat Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 573 ZS: 11,2    TZS: 2,4    FH: 11,5 SZH: 101,7    CK: 31,2    SÓ: 1,04</p>		
UZSONNA	<p>Vajkrém Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:162 ZS: 3,6    TZS: 2,2    FH: 4,7 SZH:27    CK:1,3    SÓ: 0,79</p>	<p>Tengeri sós kukoricacsack Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 130 ZS: 0,4    TZS: 0,1    FH: 2,3 SZH:27    CK: 8,4    SÓ: 0,38</p>	<p>Sertés párizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 194 ZS: 6,1    TZS: 2,2    FH:6,3 SZH:27,3    CK: 0,4    SÓ: 1,05</p>	<p>Sajtszelet Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 203 ZS: 7,3    TZS: 4    FH: 8,9 SZH:25,6    CK: 0,6    SÓ: 1,09</p>	<p>Barackos joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 266 ZS: 2    TZS: 0,8    FH: 7,8 SZH: 52,8    CK: 24,9    SÓ: 0,63</p>		

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztszennyeződéssel 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. Szezámag; 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 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.



A **HÜSMENTES PÉNTEK**  
fenntarthatósági program a

**Magyar Természetvédők Szövetsége**  
Föld Barátai Magyarország

szakmai ajánlásával jött létre.