

Bakony Gaszt

Óvoda

2026.07.06.–2026.07.10.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

TÍZÓRAI

Tej (7)
Csokis gabonagolyó (1,6)

Allergének:
1,6,7

EN:246
ZS:4,6
SZH:41,8

TZS:2,3
CK:23,8

FH:9
SÓ:0,32

Gyümölcsstea
Körözött (7)
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:195
ZS:2,6
SZH:34,1

TZS:1,5
CK:9

FH:8
SÓ:0,73

Gyümölcsstea
Majonéz tojáskrém (3,10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,3,10

EN:211
ZS:4
SZH:34,8

TZS:0,8
CK:8,8

FH:5,7
SÓ:0,91

Tej (7)
Reszelt sajt (7)
Margarin
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:300
ZS:11
SZH:35

TZS:6,6
CK:10

FH:15,3
SÓ:1,25

Tejeskávé (7)
Fatörzs kifli (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:309
ZS:6,5
SZH:48,8

TZS:3,5
CK:23,4

FH:9,9
SÓ:0,63

EBÉD

Brokkolikrémes (1,7,12)
Pirított tökmag
Pincepörkölt (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Káposztasaláta

Allergének:
1,7,12

EN:491
ZS:16,4
SZH:60,1

TZS:4,1
CK:8,8

FH:19,1
SÓ:1,23

Bagolyborsó leves (1,7,9)
Paricsomos tonhalas ragu (4)
Orsó tészta (1)
Sajt szórat (7)

Allergének:
1,4,7,9

EN:523
ZS:20,6
SZH:56,6

TZS:6,9
CK:5,7

FH:25,5
SÓ:1,78

Tejfölös burgonyaleves (1,7,9,12)
Aranygaluska (1,3,7)
Vaníliás öntet (7)
Nektarin

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:718
ZS:20
SZH:114,5

TZS:5,4
CK:38,7

FH:16,5
SÓ:0,48

Tojásleves (1,3)
Rakott cukkini (1,7)
Őszibarack
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7

EN:499
ZS:23,9
SZH:51,1

TZS:6,3
CK:11,7

FH:17,3
SÓ:0,86

Almalé 100%-os
Natúr sertésszelet karajból
Sajtmártás (1,7,12)
Petrezselymes rizs

Allergének:
1,7,12

EN:495
ZS:13,9
SZH:72,2

TZS:2,9
CK:25,7

FH:16,4
SÓ:1,31

UZSONNA

Vajkrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Paricsom

Allergének:
1,7

EN:166
ZS:3,6
SZH:26,9

TZS:2,1
CK:0,7

FH:4,7
SÓ:0,84

Sertéspárizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Kígyóuborka

Allergének:
1

EN:194
ZS:6,1
SZH:27,3

TZS:2,2
CK:0,4

FH:6,3
SÓ:1,05

Barackos joghurt (7)
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

EN:231
ZS:2
SZH:44

TZS:1
CK:14,9

FH:8,8
SÓ:0,67

Gépsonka
Margarin
Zsemle (1)
Salátalevél

Allergének:
1

EN:193
ZS:3,7
SZH:30,7

TZS:1,1
CK:1,1

FH:7,5
SÓ:1,27

Kockasajt (7)
Teljes kiőrlésű kifli (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:181
ZS:6,2
SZH:22,9

TZS:3,8
CK:1,6

FH:6,7
SÓ:1,2

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

Bakony Gaszt

Óvoda

2026.07.13.–2026.07.17.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

TÍZÓRAI

Karamellás tej (7)
Fahéjas csiga (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:353
ZS:11,5 TZS:6,3 FH:8,1
SZH:51,2 CK:32,7 SÓ:0,51

Tej (7)
Sajtszelet (7)
Margarin
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:300
ZS:11 TZS:6,6 FH:15,3
SZH:35 CK:10 SÓ:1,25

Gyümölcsstea
Vaníliás túrókrém (7)
Zsemle (1)

Allergének:
1,7

EN:232
ZS:2,7 TZS:1,4 FH:8,4
SZH:41,4 CK:12,1 SÓ:0,66

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

Allergének:
1,3,4,10

EN:228
ZS:4 TZS:0,3 FH:7,6
SZH:38,1 CK:8,8 SÓ:0,89

Gyümölcsstea
Főtt tojás (3)
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kápia paprika

Allergének:
1,3

EN:215
ZS:4,6 TZS:1,4 FH:6,2
SZH:34 CK:8,2 SÓ:0,84

EBÉD

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

Allergének:
1,7,12

EN:466
ZS:9,8 TZS:3,3 FH:21
SZH:67,3 CK:20,9 SÓ:1,03

Húsgaluska leves (1,3,7,9,12)
Burgonyás tészta (1,12)
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:436
ZS:15,9 TZS:3,3 FH:15,2
SZH:55,4 CK:8,4 SÓ:0,93

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

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:610
ZS:23,5 TZS:7,2 FH:17,7
SZH:70 CK:6,1 SÓ:2,17

Almalé 100%-os
Sertésfasírt (1,3)
Kelkáposztafőzelék (1,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Görögdinnye

Allergének:
1,3,12

EN:467
ZS:14,1 TZS:3,4 FH:15,2
SZH:67,2 CK:22,9 SÓ:1,42

Paradicsomleves (1,3,9)
Rántott csirkemell (1,3)
Párolt rizs
Fűszeres karotta kukoricával

Allergének:
1,3,9

EN:646
ZS:16,2 TZS:2,9 FH:27,6
SZH:96,5 CK:16,8 SÓ:0,72

UZSONNA

Kenőmájas
Kifli (1,7)
Paradicsom

Allergének:
1,7

EN:196
ZS:5,7 TZS:2 FH:7,1
SZH:28,1 CK:1,6 SÓ:0,87

Soproni felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Kígyóborka

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)
Paradicsom

Allergének:
1,7

EN:162
ZS:3,3 TZS:1,6 FH:4,3
SZH:26,9 CK:0,7 SÓ:0,82

Paprikás szalámi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kígyóborka

Allergének:
1

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

Nektarin
Mese fit Detki keksz (1)

Allergének:
1

EN:273
ZS:8,9 TZS:4,1 FH:4,1
SZH:42,6 CK:14,3 SÓ:0,2

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyezéssel 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. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. 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.

Bakony Gaszt

Óvoda

2026.07.20.–2026.07.24.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

TÍZÓRAI

Tej (7)
Dzsungel gabonapehely (1,6)

Kakaós tej (7)
Briós (1,3,7)

Gyümölcsstea
Sajtkrém (7)
Félbarna kenyér (1)

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

Tej (7)
Csirkemell sonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,7

Allergének:
1,3,10,12

Allergének:
1,7

EN:240
ZS:3,9
SZH:41

TZS:2,1
CK:21
FH:9,7
SÓ:0,52

EN:353
ZS:7,7
SZH:56,8

TZS:4
CK:28,2
FH:10,1
SÓ:0,67

EN:181
ZS:1,8
SZH:34,9

TZS:0,8
CK:8,6
FH:5,9
SÓ:0,85

EN:222
ZS:3,6
SZH:38,2

TZS:0,6
CK:8,8
FH:5,9
SÓ:0,87

EN:264
ZS:6,5
SZH:36,3

TZS:3
CK:10,2
FH:13,6
SÓ:1,42

EBÉD

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

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

Tárkonyos csirkeraguleves (1,3,7,9,12)
Rizsfelfújt (1,3,7)
Gyümölcstorta (12)
Sárgadinnye

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Főtt tojás (3)
Finomfőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kakaós süti (1,3,7)

Görög gyümölcsleves (1,7,12)
Panírozott halrúd (1,4)
Rizibizi
Káposztasaláta

Allergének:
1,7,9,12

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:
1,4,7,12

EN:455
ZS:17
SZH:53

TZS:5,5
CK:2,9
FH:14,8
SÓ:0,68

EN:428
ZS:12
SZH:58,6

TZS:2,2
CK:2,6
FH:17,2
SÓ:1,57

EN:491
ZS:10,5
SZH:81,9

TZS:4,2
CK:42,6
FH:14,7
SÓ:0,85

EN:536
ZS:14,2
SZH:74,4

TZS:3,5
CK:25,3
FH:20,3
SÓ:0,92

EN:521
ZS:11,3
SZH:84,3

TZS:1,6
CK:31,1
FH:18
SÓ:1,23

UZSONNA

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

Zala felvágott
Margarin
Zsemle (1)
Zöldpaprika

Sertéspárizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Salátalevél

Reszelt sajt (7)
Margarin
Félbarna kenyér (1)
Kígyóuborka

Túró rudi (6,7)
Nektarin

Allergének:
1,7

Allergének:
1

Allergének:
1

Allergének:
1,7

Allergének:
6,7

EN:166
ZS:3,6
SZH:26,9

TZS:2,1
CK:1
FH:4,7
SÓ:0,84

EN:215
ZS:5,9
SZH:31,1

TZS:2
CK:1
FH:7,3
SÓ:1,05

EN:194
ZS:6,1
SZH:27,1

TZS:2,2
CK:0,4
FH:6,2
SÓ:1,05

EN:212
ZS:8
SZH:25,9

TZS:4,6
CK:0,6
FH:8,9
SÓ:1,05

EN:151
ZS:4,5
SZH:23,1

TZS:3,9
CK:13,7
FH:3,7
SÓ:0,03

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál 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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. 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.

Bakony Gaszt

Óvoda

2026.07.27.–2026.07.31.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

TÍZÓRAI

Tejeskávé (7)
Foszlós kalács (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:315
ZS:8,2 TZS:4,1 FH:10,3
SZH:47,1 CK:25,4 SÓ:0,73

Gyümölcsstea
Körözött (7)
Zsemle (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:225
ZS:2,6 TZS:1,3 FH:9
SZH:39,2 CK:9,5 SÓ:0,73

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

Allergének:
1,3

EN:209
ZS:4,6 TZS:1,4 FH:6
SZH:33,1 CK:7,8 SÓ:0,84

Tej (7)
Méz
Margarin
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:292
ZS:5,6 TZS:2,8 FH:10,4
SZH:51,4 CK:26,4 SÓ:0,93

Gyümölcsstea
Soproni felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Paradicsom

Allergének:
1

EN:228
ZS:6,4 TZS:2,3 FH:6,4
SZH:34,4 CK:8 SÓ:1,22

EBÉD

Eperkrémleves (1,7,12)
Parajos penne sajttal sütte (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)
Hüsgombóc (3)
Paradicsommártás (1,9)
Főtt burgonya (12)
Főtt kukorica

Allergének:
1,3,9,12

EN:669
ZS:18,7 TZS:3,8 FH:24,1
SZH:95,8 CK:21,3 SÓ:1,2

Bableves füstölt hússal (1,3,9)
Lekváros buktá (1,3,7)
Őszibarack

Allergének:
1,3,7,9

EN:446
ZS:13,4 TZS:2,3 FH:14,5
SZH:68,4 CK:25,4 SÓ:0,92

Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Sajtos zöldségvagdalt (1,3,7)
Burgonyapüré (7,12)
Színes vegyessaláta (12)

Allergének:
1,3,7,12

EN:367
ZS:10,5 TZS:3,4 FH:11,3
SZH:52,1 CK:7,6 SÓ:0,99

Almalé 100%-os
Kukoricapelyhes rántott csirkemell (1,3)
Petrezselymes rizs
Coleslaw (3,7,10,12)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:609
ZS:13,1 TZS:2 FH:24,3
SZH:97 CK:26,4 SÓ:1,57

UZSONNA

Kenőmájás
Teljes kiőrlésű kifli (1)
Paradicsom

Allergének:
1

EN:171
ZS:5,5 TZS:1,9 FH:6,6
SZH:22,2 CK:0,8 SÓ:0,94

Füstölt pulykapárizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1

EN:187
ZS:6 TZS:2,1 FH:6
SZH:25,9 CK:0,4 SÓ:1,18

Csemege szalámi
Margarin
Zsemle (1)
Kígyóborka

Allergének:
1

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

Sajtszelet (7)
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Paradicsom

Allergének:
1,7

EN:222
ZS:7,9 TZS:4,6 FH:9,1
SZH:27,4 CK:0,4 SÓ:1

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

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyezéssel 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. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. 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.