

Bakony Gaszt

Óvoda

2026.08.03.–2026.08.09.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej (7)  
Sárgabarack extra dzsem  
Margarin  
Félbarna kenyér (1)

Allergének:  
1,7

EN:283  
ZS:5,6 TZS:2,8 FH:10,4  
SZH:47,6 CK:22 SÓ:0,93

Gyümölcsstea  
Reszelt sajt (7)  
Margarin  
Zsemle (1)  
Paradicsom

Allergének:  
1,7

EN:269  
ZS:7,9 TZS:4,4 FH:9,6  
SZH:38 CK:8,1 SÓ:1,05

Gyümölcsstea  
Fahéjas almás zabkása (1,7)

Allergének:  
1,7

EN:256  
ZS:6,2 TZS:3,2 FH:8,1  
SZH:40,2 CK:25,8 SÓ:0,29

Tejeskávé (7)  
Kuglóf (1,3,6,7)

Allergének:  
1,3,6,7

EN:313  
ZS:6,9 TZS:3,9 FH:9,7  
SZH:49,8 CK:26,7 SÓ:0,58

Tej (7)  
Vaníliás túrókrém (7)  
Zsemle (1)

Allergének:  
1,7

EN:292  
ZS:5,7 TZS:3,4 FH:15  
SZH:43,4 CK:14,1 SÓ:0,86

Gyümölcsstea  
Petrezselymes uborkás tojáskrém  
(3,10,12)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
1,3,10,12

EN:203  
ZS:3,8 TZS:0,8 FH:5,3  
SZH:34 CK:8,5 SÓ:0,93

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Daragaluska leves (1,3,9,12)  
Vadas sertésragu (1,7,9,10,12)  
Makaróni tészta (1)  
Görögdinnye

Allergének:  
1,3,7,9,10,12

EN:511  
ZS:19,6 TZS:5,2 FH:18,9  
SZH:63,5 CK:7,8 SÓ:0,73

Gyümölcsleves (1,7,12)  
Paprikás burgonya virslivel (12)  
Kovászos uborka (1)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
1,7,12

EN:473  
ZS:15,3 TZS:6,2 FH:13,3  
SZH:67,9 CK:22,7 SÓ:2,83

Sárgaborsó krémleves (1)  
Színes levesgyöngy (1,3,7)  
Rántott sajtgolyó (1,7)  
Petrezselymes rizs  
Tartármártás (3,7,10)

Allergének:  
1,3,7,10

EN:602  
ZS:23,6 TZS:5,9 FH:16,2  
SZH:76,8 CK:5,7 SÓ:2,15

Tarhonyaleves (1,12)  
Csirkepörkölt (1)  
Tökfőzelék (1,7)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
Sárgadinnye

Allergének:  
1,7,12

EN:434  
ZS:10,1 TZS:3,2 FH:18,6  
SZH:64,1 CK:26 SÓ:1,58

Paradicsomleves (1,3,9)  
Panírozott halrúd (1,4)  
Zöldséges bulgur (1)  
Házi vegyes saláta

Allergének:  
1,3,4,9

EN:518  
ZS:14,4 TZS:1,5 FH:17  
SZH:73,7 CK:22,6 SÓ:1,3

Bakonyi betyárleves (1,7,9,12)  
Édes málé (1,3,7)  
Meggyes öntet

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:713  
ZS:35,9 TZS:7 FH:13,6  
SZH:85 CK:47,8 SÓ:0,46

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Sajtkrém (7)  
Teljes kiőrlésű kifli (1)  
Zöldpaprika

Allergének:  
1,7

EN:144  
ZS:1,9 TZS:0,8 FH:6,2  
SZH:23,6 CK:1,2 SÓ:0,8

Sertéspárizsi  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
1

EN:189  
ZS:6,2 TZS:2,2 FH:6  
SZH:25,9 CK:0,4 SÓ:1,15

Ostyaszelet (1,3,6,7)  
Nektarin

Allergének:  
1,3,6,7

EN:202  
ZS:8,4 TZS:2,1 FH:2,3  
SZH:27,9 CK:9,8 SÓ:0,03

Gépsonka  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
Paradicsom

Allergének:  
1

EN:177  
ZS:3,8 TZS:1,3 FH:7  
SZH:27,1 CK:0,8 SÓ:1,32

Kockasajt (7)  
Teljes kiőrlésű kifli (1)

Allergének:  
1,7

EN:175  
ZS:6,2 TZS:3,8 FH:6,4  
SZH:21,9 CK:1,2 SÓ:1,2

Teavaj (7)  
Kifli (1,7)  
Zöldpaprika

Allergének:  
1,7

EN:197  
ZS:7,1 TZS:4,2 FH:4,6  
SZH:27,6 CK:1,5 SÓ:0,53

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyeződéssel 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

**Magyar Természetvédők Szövetsége**  
Föld Barátai Magyarország

szakmai ajánlásával jött létre.

Bakony Gaszt

Óvoda

2026.08.10.–2026.08.16.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

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  
Sajtkrém (7)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
1,7

EN:186  
ZS:1,8 TZS:0,8 FH:5,9  
SZH:34,9 CK:8,4 SÓ:0,9

Kakaós tej (7)  
Briós (1,3,7)

Allergének:  
1,3,7

EN:353  
ZS:7,7 TZS:4 FH:10,1  
SZH:56,8 CK:28,2 SÓ:0,67

Tejbedara (1,7)  
Kakaós szórát

Allergének:  
1,7

EN:219  
ZS:5,7 TZS:3,8 FH:7,2  
SZH:34,4 CK:23,1 SÓ:0,38

Gyümölcsstea  
Soproni felvágott  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
Kígyóborka

Allergének:  
1

EN:225  
ZS:6,4 TZS:2,3 FH:6,4  
SZH:34 CK:8 SÓ:1,22

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Karamellás körteleves (1,7,12)  
Bácskai rizseshús  
Uborkasaláta

Allergének:  
1,7,12

EN:523  
ZS:21,2 TZS:6,4 FH:15,7  
SZH:66,1 CK:24,6 SÓ:0,64

Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9)  
Lekváros bukta (1,3,7)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
Görögdinnye

Allergének:  
1,3,7,9

EN:576  
ZS:13 TZS:4,4 FH:19,9  
SZH:89,8 CK:16,2 SÓ:0,73

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

Allergének:  
1,3,7,12

EN:432  
ZS:7,6 TZS:2,3 FH:19,6  
SZH:62,9 CK:27,5 SÓ:1,04

Köménymagleves (1)  
Pirított zsemlekocka (1)  
Natúr sertés szelet (10)  
Meggymártás (1,7)  
Pirított dara (1)

Allergének:  
1,7,10

EN:537  
ZS:16,4 TZS:3,9 FH:23,1  
SZH:73 CK:27,5 SÓ:0,91

Fokhagyma krémleves (1,7,12)  
Levesgyöngy (1,3,7)  
Bolognai tk. spagetti (1,9)  
Sajt szórát (7)

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:593  
ZS:27,6 TZS:9,9 FH:27,5  
SZH:54,8 CK:9,2 SÓ:1,02

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

Füstölt pulykapárizsi  
Margarin  
Zsemle (1)  
Zöldpaprika

Allergének:  
1

EN:213  
ZS:5,9 TZS:1,9 FH:6,9  
SZH:31 CK:1 SÓ:1,13

Vajkrém napraforgómaggal (7)  
Félbarna kenyér (1)  
Kígyóborka

Allergének:  
1,7

EN:162  
ZS:3,9 TZS:2,1 FH:4,8  
SZH:26,6 CK:0,9 SÓ:0,78

Paprikás szalámi  
Margarin  
Teljes kiőrlésű zsemle (1)  
Zöldpaprika

Allergének:  
1

EN:203  
ZS:6,9 TZS:2,5 FH:6,3  
SZH:27,6 CK:0,8 SÓ:1,02

Piros gyümölcsös joghurt (7)  
Kifli (1,7)

Allergének:  
1,7

EN:246  
ZS:2,5 TZS:0,8 FH:8,5  
SZH:44 CK:16,1 SÓ:0,65

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

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

**Magyar Természetvédők Szövetsége**  
Föld Barátai Magyarországon

szakmai ajánlásával jött létre.

Bakony Gaszt

Óvoda

2026.08.17.–2026.08.23.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej (7)  
Pizzás csiga (1,7,12)

Allergének:  
1,7,12

EN:247  
ZS:10,2 TZS:5,8 FH:10,1  
SZH:28,7 CK:11,3 SÓ:0,9

Tej (7)  
Dzsungel gabonapehely (1,6)

Allergének:  
1,6,7

EN:240  
ZS:3,9 TZS:2,1 FH:9,7  
SZH:41 CK:21 SÓ:0,52

Gyümölcsstea  
Körözött (7)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
1,7

EN:200  
ZS:2,7 TZS:1,4 FH:8,1  
SZH:34,1 CK:8,8 SÓ:0,78

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

Hamisgulyás (1,3,9,12)  
Aranygaluska (1,3,7)  
Vaníliás öntet (7)  
Őszibarack

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:671  
ZS:16,7 TZS:4 FH:16,3  
SZH:110,9 CK:44,2 SÓ:0,48

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

Allergének:  
1,3,9,12

EN:517  
ZS:16,3 TZS:3,9 FH:18,1  
SZH:69,8 CK:21,5 SÓ:1,38

Zöldségkrémleves (1,7,9)  
Pirított zsemlekocka (1)  
Tarhonyás hús csirkehússal (1)  
Paradicsomsaláta

Allergének:  
1,7,9

EN:441  
ZS:11,8 TZS:1,8 FH:20,2  
SZH:58,9 CK:9,4 SÓ:1,15

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

ÜNNEPNAP

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

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

Allergének:  
1,7

EN:163  
ZS:3,4 TZS:1,6 FH:4,4  
SZH:27,1 CK:1,1 SÓ:0,82

Reszelt sajt (7)  
Teavaj (7)  
Félbarna kenyér (1)  
Paradicsom

Allergének:  
1,7

EN:253  
ZS:12,2 TZS:8 FH:8,9  
SZH:26,5 CK:0,6 SÓ:0,97

Gépsonka  
Margarin  
Zsemle (1)  
Kígyóuborka

Allergének:  
1

EN:194  
ZS:3,7 TZS:1,1 FH:7,6  
SZH:30,8 CK:1,1 SÓ:1,27

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:

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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 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

**Magyar Természetvédők Szövetsége**  
Föld Barátai Magyarországon

szakmai ajánlásával jött létre.

Bakony Gaszt

Óvoda

2026.08.24.–2026.08.30.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Kakaós tej (7)  
Foszlós kalács (1,3,7)

Allergének:  
1,3,7

EN:323  
ZS:8,5 TZS:4,2 FH:10,5  
SZH:48,1 CK:27,4 SÓ:0,72

Gyümölcsstea  
Barackos túrókrém (7)  
Zsemle (1)

Allergének:  
1,7

EN:222  
ZS:1,9 TZS:0,9 FH:7,5  
SZH:41,8 CK:12,7 SÓ:0,65

Gyümölcsstea  
Zala felvágott  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
1

EN:220  
ZS:6 TZS:2,1 FH:6,4  
SZH:33,4 CK:7,8 SÓ:1,1

Vaníliás tej (7)  
Margarin  
Kifli (1,7)

Allergének:  
1,7

EN:301  
ZS:5,9 TZS:2,6 FH:10,1  
SZH:48,1 CK:21,3 SÓ:0,88

Gyümölcsstea  
Füstölt pulykapárizsi  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
1

EN:217  
ZS:6 TZS:2,1 FH:6  
SZH:33,3 CK:7,8 SÓ:1,18

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Édes gyökrékmleves (1,7,9,12)  
Leves gyöngy (1,3,7)  
Zöldborsós csirkeragu (1)  
Párolt rizs  
Csalamádé (10,12)

Allergének:  
1,3,7,9,10,12

EN:476  
ZS:15 TZS:4,5 FH:20,3  
SZH:62,9 CK:4,5 SÓ:1,62

Zöldségleves fridattal  
(1,3,7,9,12)  
Sertésfasírt (1,3)  
Gyöngybabfőzelék (1,7)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
Nektarin

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:598  
ZS:21,9 TZS:5,5 FH:24,5  
SZH:72,6 CK:5,1 SÓ:1,64

Gulyásleves (1,3,9,12)  
Darásmetélt (1)  
Eperöntet (12)  
Sárgadinnye

Allergének:  
1,3,9,12

EN:556  
ZS:14,6 TZS:3,1 FH:16,3  
SZH:87,9 CK:29,9 SÓ:0,29

Köménymagles (1)  
Pirított zsemlekocka (1)  
Főtt tojás (3)  
Parajmártás (1,7)  
Főtt burgonya (12)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
Gesztenyerúd

Allergének:  
1,3,7,12

EN:460  
ZS:14,1 TZS:5 FH:16,4  
SZH:59,2 CK:9,3 SÓ:1

Paradicsomleves (1,3,9)  
Rántott csirkemell (1,3)  
Rizibizi  
Házi vegyes saláta

Allergének:  
1,3,9

EN:602  
ZS:12 TZS:1,7 FH:28,8  
SZH:92 CK:21,2 SÓ:0,76

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

Csemege szalámi  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
Zöldpaprika

Allergének:  
1

EN:200  
ZS:7,1 TZS:2,5 FH:5,9  
SZH:26,6 CK:0,8 SÓ:1,17

Vajkrém (7)  
Zsemle (1)  
Kígyóuborka

Allergének:  
1,7

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

Sajtszelet (7)  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
Kápia paprika

Allergének:  
1,7

EN:221  
ZS:8 TZS:4,6 FH:9  
SZH:26,5 CK:0,7 SÓ:1,1

Sajtos kifli (1,7)  
Nektarin

Allergének:  
1,7

EN:175  
ZS:1,5 TZS:0,8 FH:4  
SZH:35,3 CK:3,9 SÓ:0,54

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

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

**Magyar Természetvédők Szövetsége**  
Föld Barátai Magyarországon

szakmai ajánlásával jött létre.