

Bakony Gaszt

Óvoda

2026.08.31.–2026.09.04.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

TÍZÓRAI

Tej (7)
Csokis gabonagolyó (1,6)

Allergének:
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)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Paradicsom

Allergének:
1,7

EN:153
ZS:2,5 TZS:1,4 FH:6,8
SZH:24,7 CK:8,7 SÓ:0,5

Gyümölcsstea
Majonézes tojáskrém (3,10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,10

EN:205
ZS:4 TZS:0,8 FH:5,5
SZH:33,9 CK:8,5 SÓ:0,9

Tej (7)
Reszelt sajt (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

Tejeskávé (7)
Fatörzs kifli (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:309
ZS:6,5 TZS:3,5 FH:9,9
SZH:48,8 CK:23,4 SÓ:0,63

EBÉD

BrokkolikréMLEVES (1,7,12)
Pirított tökMAG
Pincepörkölt (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Csalamádé (10,12)

Allergének:
1,7,10,12

EN:465
ZS:16,4 TZS:4,1 FH:19
SZH:54 CK:3 SÓ:1,96

Bableves (1,3,9)
Bolognai spagetti (bio tésztaVAl) (1,9)
Sajt szórát (7)

Allergének:
1,3,7,9

EN:621
ZS:25,4 TZS:8,2 FH:28
SZH:67,6 CK:7 SÓ:0,7

Tejfölös burgonyaleves (1,7,9,12)
TúrótöltelÉkes gombóc (1,7)
Vaníliás tejföl (7)
Alma

Allergének:
1,7,9,12

EN:603
ZS:16,2 TZS:5,5 FH:14,5
SZH:96,4 CK:21,5 SÓ:1,23

Tojásleves (1,3)
Natúr sertÉsszelet karajból
Paradicsomos káposztaFőzelék (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Banán

Allergének:
1,3

EN:507
ZS:16 TZS:1,4 FH:16
SZH:67,5 CK:23,9 SÓ:1,53

GyümölcslEves (1,7,12)
Sajtos csirkeragu (1,7)
Petrezselymes rizs

Allergének:
1,7,12

EN:477
ZS:11,4 TZS:2,4 FH:18,3
SZH:71,4 CK:23,1 SÓ:1,26

UZSONNA

Vajkrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:167
ZS:3,7 TZS:2,1 FH:4,7
SZH:27 CK:1,1 SÓ:0,84

Barackos joghurt (7)
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

EN:231
ZS:2 TZS:1 FH:8,8
SZH:44 CK:14,9 SÓ:0,67

SertÉspárizsi
Margarin
Zsemle (1)
Kígyóuborka

Allergének:
1

EN:211
ZS:6,1 TZS:2 FH:6,8
SZH:30,5 CK:0,7 SÓ:1,1

Gépsonka
Margarin
Zsemle (1)
Salátalevél

Allergének:
1

EN:193
ZS:3,7 TZS:1,1 FH:7,5
SZH:30,7 CK:1,1 SÓ:1,27

Kockasajt (7)
Teljes kiőrlésű kifli (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:181
ZS:6,2 TZS:3,8 FH:6,7
SZH:22,9 CK:1,6 SÓ:1,2

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

2026.09.07.–2026.09.11.

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

Gyümölcs tea
Majonéz tonhalkrém (3,4,10)
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,3,4,10

EN:203
ZS:4,1 TZS:0,5 FH:6,9
SZH:33,9 CK:8,7 SÓ:0,9

Gyümölcs tea
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

Tej (7)
Csokoládékrém (6,7)
Zsemle (1)

Allergének:
1,6,7

EN:355
ZS:11,4 TZS:3,9 FH:11,9
SZH:49,9 CK:17,8 SÓ:0,89

Gyümölcs tea
Főtt tojás (3)
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

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)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Szilva

Allergének:
1,7,12

EN:483
ZS:9,8 TZS:3,3 FH:21
SZH:71,4 CK:25 SÓ:1,03

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

Allergének:
1,7,9,12

EN:416
ZS:12,2 TZS:1,9 FH:15,2
SZH:56,8 CK:8,4 SÓ:0,99

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

Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Sertés fasírtgolyó
Kelkáposztafőzelék (1,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Szőlő

Allergének:
1,3,12

EN:438
ZS:10,5 TZS:2,5 FH:18,8
SZH:56,4 CK:19,5 SÓ:1,84

Paradisomleves (1,3,9)
Natúr sertésszelet karajból
Pecsényel (1,12)
Párolt rizs
Fűszeres karotta kukoricával

Allergének:
1,3,9,12

EN:529
ZS:18,7 TZS:2,5 FH:15,8
SZH:70,5 CK:17,3 SÓ:1,23

UZSONNA

Kenőmájás
Kifli (1,7)
Kápi paprika

Allergének:
1,7

EN:197
ZS:5,7 TZS:2 FH:7,1
SZH:28,3 CK:2 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 szendvicsszendvicskrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Jégcsapretek

Allergének:
1,7

EN:160
ZS:3,3 TZS:1,6 FH:4,4
SZH:26,6 CK:0,7 SÓ:0,86

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

Mese fit Detki keksz (1)
Alma

Allergének:
1

EN:255
ZS:8,9 TZS:4,1 FH:4,1
SZH:38,2 CK:18,1 SÓ:0,21

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

2026.09.14.–2026.09.18.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

TÍZÓRAI

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

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
Sajtkrém (7)
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:181
ZS:1,8 TZS:0,8 FH:5,9
SZH:34,9 CK:8,6 SÓ:0,85

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

Allergének:
1,3,10,12

EN:222
ZS:3,6 TZS:0,6 FH:5,9
SZH:38,2 CK:8,8 SÓ:0,87

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

Allergének:
1,7

EN:263
ZS:6,5 TZS:3 FH:13,6
SZH:36,2 CK:9,8 SÓ:1,42

EBÉD

Zellerkrémleves (1,7,9,12)
Pirított napraforgómag
Tarhonyás hús csirkehússal (1)
Kovászos uborka (1)

Allergének:
1,7,9,12

EN:441
ZS:16,1 TZS:2,2 FH:20,1
SZH:50,7 CK:5,2 SÓ:1,78

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

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:479
ZS:12,2 TZS:2,3 FH:18,7
SZH:68,8 CK:2,8 SÓ:1,85

Sertésraguleves (1,3,9)
Dejós morzsás nudli (1)
Vaníliás öntet (7)
Alma

Allergének:
1,3,7,9

EN:681
ZS:15,1 TZS:3,6 FH:18,6
SZH:96 CK:29,3 SÓ:1,8

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Vegetáriánus chilis bab
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Piskóta szelet (1,3,6,7)

Allergének:
1,3,6,7,9,12

EN:491
ZS:10,4 TZS:3,4 FH:21,9
SZH:78,2 CK:14,9 SÓ:1,39

Karamellás körteleves (1,7,12)
Panírozott halrúd (1,4)
Rizibizi
Káposztasaláta

Allergének:
1,4,7,12

EN:519
ZS:12,2 TZS:2,1 FH:17,6
SZH:81,9 CK:29 SÓ:1,27

UZSONNA

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

Allergének:
1,7

EN:164
ZS:3,6 TZS:2,1 FH:4,7
SZH:26,5 CK:1 SÓ:0,87

Zala felvágott
Margarin
Zsemle (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1

EN:215
ZS:5,9 TZS:2 FH:7,3
SZH:31,1 CK:1 SÓ:1,05

Sertéspárizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Salátalevél

Allergének:
1

EN:194
ZS:6,1 TZS:2,2 FH:6,2
SZH:27,1 CK:0,4 SÓ:1,05

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

Allergének:
1,7

EN:212
ZS:8 TZS:4,6 FH:8,9
SZH:25,9 CK:0,6 SÓ:1,05

Túrós rudi (6,7)
Szilva

Allergének:
6,7

EN:160
ZS:4,5 TZS:3,9 FH:4
SZH:24,8 CK:23,6 SÓ:0,04

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. 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



szakmai ajánlásával jött létre.

Bakony Gaszt

Óvoda

2026.09.21.–2026.09.25.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

TÍZÓRAI

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

Allergének:
1,3,7

EN:320
ZS:8,2
SZH:48,3
TZS:4,1
FH:10,2
SÓ:0,72
CK:26,4

Gyümölcsstea
Körözött (7)
Zsemle (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

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

Gyümölcsstea
Mediterrán tonhalkrém (4,7,10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,4,7,10,12

EN:193
ZS:2,7
SZH:33,6
TZS:1
FH:6,7
SÓ:0,88
CK:8,3

Tej (7)
Méz
Margarin
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7

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

Gyümölcsstea
Soproni felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Paradicsom

Allergének:
1

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

EBÉD

Eperkrémleves (1,7,12)
Borsos sertéstokány (1)
Bulgur (1)
Uborkasaláta

Allergének:
1,7,12

EN:501
ZS:15,8
SZH:69,3
TZS:4,5
FH:13,9
SÓ:0,59
CK:26,4

Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Paradicsomos húsgombóc (1,9)
Főtt burgonya (12)
Banán

Allergének:
1,3,9,12

EN:543
ZS:15,8
SZH:78,6
TZS:3,7
FH:17
SÓ:1,07
CK:29,8

Bableves füstölt hússal (1,3,9)
Mákos metélt (1)
Szilva

Allergének:
1,3,9

EN:522
ZS:16,3
SZH:77,3
TZS:2,3
FH:18,5
SÓ:0,91
CK:28,1

Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12)
Panírozott zöldséggolyó (1,3,7)
Burgonyapüré (7,12)
Színes vegyessaláta (12)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:406
ZS:10,1
SZH:59,7
TZS:2,5
FH:11,7
SÓ:1,43
CK:7,7

Tejfölös karfiolleves (1,3,7)
Kukorica morzsás csirkemell csík (1)
Mexikói rizs
Coleslaw (3,7,10,12)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:481
ZS:18,1
SZH:59,6
TZS:3,6
FH:18
SÓ:1,69
CK:5,8

UZSONNA

Kenőmájás
Teljes kiőrlésű kifli (1)
Jégcsapretek

Allergének:
1

EN:169
ZS:5,5
SZH:21,9
TZS:1,9
FH:6,6
SÓ:0,98
CK:0,8

Füstölt pulykapárizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1

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

Csemege szalámi
Margarin
Zsemle (1)
Kígyóborka

Allergének:
1

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

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

Allergének:
1,7

EN:221
ZS:7,9
SZH:27
TZS:4,6
FH:9,1
SÓ:1,04
CK:0,4

Epres joghurt (7)
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

EN:247
ZS:2,1
SZH:46,5
TZS:0,8
FH:7,8
SÓ:0,63
CK:19,9

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 zsír; 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

2026.09.28.–2026.10.02.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

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
Magyaros vajkrém (7)
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Jégcsapretek

Allergének:
1,7

EN:197
ZS:3,5 TZS:2,1 FH:4,8
SZH:34,9 CK:8,4 SÓ:0,77

Tejeskávé (7)
Teavaj (7)
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

EN:335
ZS:10,1 TZS:6 FH:10,2
SZH:46,9 CK:20,4 SÓ:0,81

Tej (7)
Barackos túrókrém (7)
Zsemle (1)

Allergének:
1,7

EN:282
ZS:4,9 TZS:2,9 FH:14,1
SZH:43,8 CK:14,7 SÓ:0,85

EBÉD

Tarhonyaleves (1,12)
Ananászos csirkeragu (1,7)
Párolt rizs
Körte

Allergének:
1,7,12

EN:481
ZS:10,8 TZS:1,8 FH:15,8
SZH:75,3 CK:10,6 SÓ:0,99

Gyümölcsleves (1,7,12)
Rakott zöldbab (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,12

EN:489
ZS:19,2 TZS:6 FH:16,7
SZH:61,1 CK:23,3 SÓ:0,65

Sárgaborsó krémleves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Túrós metélt (1,7)

Allergének:
1,3,7

EN:526
ZS:16,7 TZS:5 FH:21,1
SZH:70 CK:14 SÓ:0,46

Kukorica galuska leves (3,9)
Csirkepörkölt (1)
Tököfőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Szőlő

Allergének:
1,3,7,9

EN:442
ZS:11,9 TZS:2,2 FH:15,5
SZH:63,4 CK:27,9 SÓ:1,67

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

UZSONNA

Sajtkrém napraforgómaggal (7)
Teljes kiőrlésű kifli (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:150
ZS:2,5 TZS:0,8 FH:6,3
SZH:23,7 CK:1,2 SÓ:0,79

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)
Alma

Allergének:
1,3,6,7

EN:184
ZS:8,4 TZS:2,1 FH:2,3
SZH:23,5 CK:13,6 SÓ:0,04

Gépsonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kígyóborka

Allergének:
1

EN:174
ZS:3,8 TZS:1,3 FH:7
SZH:26,6 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

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. Szézámmag; 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 Magyarországi
szakmai ajánlásával jött létre.