

Körmend

Bölcsőde

2024. 09. 30.–2024. 10. 06.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
REGGELI	Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN:254 ZS: 8 TZS: 4,6 FH: 9 SZH:36,2 CK:15,8 SÓ:0,8	Gyümölcs tea Mediterrán tonhalkrém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,4,6,7,10,12 EN: 151 ZS: 1,5 TZS: 0,8 FH: 5,5 SZH: 28,4 CK: 8,2 SÓ: 0,62	Gyümölcs tea Reszelt sajt Margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 216 ZS: 7,8 TZS: 4,6 FH: 8 SZH: 27,9 CK: 7,8 SÓ: 0,92	Karamellás tej Teavaj Kifli Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 346 ZS: 12,7 TZS: 8 FH: 10,3 SZH: 47,2 CK: 21,4 SÓ:0,88	Tej Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 264 ZS: 9,7 TZS: 5 FH: 11 SZH: 30,8 CK: 9,7 SÓ: 0,89	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
TÍZÓRAI	Körte <u>Allergének:</u> EN:42 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,3 SZH:9,6 CK:2,2 SÓ: 0	Banán <u>Allergének:</u> EN: 95 ZS: 0 TZS: 0 FH: 1,2 SZH: 21,8 CK: 7,6 SÓ: 0,14	Szilva <u>Allergének:</u> EN: 46 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,6 SZH: 10,5 CK: 10,5 SÓ: 0,01	Cékla-narancs smoothie <u>Allergének:</u> EN: 64 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,6 SZH: 14 CK: 13,3 SÓ:0,32	Őzibarack <u>Allergének:</u> EN: 33 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,6 SZH: 7,2 CK: 7,2 SÓ: 0	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	Dino szelet Zöldborsófőzelék <u>Allergének:</u> 1,7 EN:305 ZS: 7,7 TZS: 1,3 FH: 19,7 SZH:35,7 CK:10,5 SÓ:0,84	Májgaluska leves Tejbedara Kakaós szórát <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN: 296 ZS: 7,8 TZS: 4,3 FH: 12,7 SZH: 43,1 CK: 23,6 SÓ: 0,7	Rakott cukkini <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 305 ZS: 18,4 TZS: 5,6 FH: 12,2 SZH: 22,3 CK: 2,1 SÓ: 0,34	Sertéshúsgolyó Burgonyapüré <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN: 292 ZS: 12,4 TZS: 2,6 FH: 10,5 SZH: 35,5 CK: 1,6 SÓ:0,89	Rántott sajtgolyó Zöldséges bulgur Tartármártás <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,10 EN: 364 ZS: 17,1 TZS: 4,9 FH: 8,3 SZH: 39,5 CK: 4,6 SÓ: 1,08	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Szőlő Vasi tekercs <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:255 ZS: 8,4 TZS: 3,7 FH: 7 SZH:37 CK:15,6 SÓ: 0,29	Vajkrém napraforgómaggal Zsemle Sárgarépa korong <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 193 ZS: 3,8 TZS: 1,9 FH: 5,5 SZH: 32,1 CK: 1 SÓ: 0,81	Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1 EN: 139 ZS: 2,8 TZS: 0,8 FH: 5,5 SZH: 21,6 CK: 0,6 SÓ: 1,05	Sajtszelet Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 181 ZS: 7,2 TZS: 4 FH: 8,4 SZH: 20,9 CK: 0,4 SÓ:1	Epres joghurt Kifli <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 247 ZS: 2,1 TZS: 0,8 FH: 7,8 SZH: 46,5 CK: 19,9 SÓ: 0,63	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

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



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Körmend

Bölcsőde

2024. 10. 07.–2024. 10. 13.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

<p>Tej Dzsungel gabonapehely</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:166 ZS: 5,9 TZS: 3,8 FH: 7 SZH:21,1 CK:13,6 SÓ: 0,47</p>	<p>Tej Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 257 ZS: 9 TZS: 4,9 FH: 11,5 SZH: 31,2 CK: 10 SÓ: 1,25</p>	<p>Kakaós tej Foszlós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 322 ZS: 9,6 TZS: 5,7 FH: 10,4 SZH: 48,6 CK: 27,2 SÓ: 0,41</p>	<p>Gyümölcsstea Póréhagymás túrókrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 206 ZS: 2 TZS: 1 FH: 7 SZH: 37,9 CK: 8,8 SÓ:0,7</p>	<p>Gyümölcsstea Petrezselymes uborkás tojáskrém Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 168 ZS: 2,9 TZS: 0,6 FH: 4,4 SZH: 29,5 CK: 8,8 SÓ: 0,69</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>
---	---	---	--	--	--	--

TÍZÓRAI

<p>Szőlő</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:62 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,5 SZH:14,5 CK:14,5 SÓ: 0</p>	<p>Gyümölcssaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 12</p> <p>EN: 42 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,6 SZH: 9,5 CK: 6,7 SÓ: 0,15</p>	<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 25 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,3 SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0</p>	<p>Banánturmix</p> <p><u>Allergének:</u> 7</p> <p>EN: 151 ZS: 3,9 TZS: 2,7 FH: 4,9 SZH: 23,7 CK: 15,8 SÓ:0,22</p>	<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 25 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,3 SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ: 0</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>Párolt csirkemell Meggymártás Pirított dara</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:329 ZS: 4,3 TZS: 1,1 FH: 17,8 SZH:54,4 CK:24,2 SÓ: 0,55</p>	<p>Sült virsli Majorannás burgonyafőzelék</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 259 ZS: 11,9 TZS: 4,2 FH: 8,6 SZH: 27 CK: 1,5 SÓ: 0,9</p>	<p>Rántott csirkemell Rizibizi Káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 358 ZS: 6 TZS: 0,9 FH: 19 SZH: 55,3 CK: 7 SÓ: 0,55</p>	<p>Csirkeraguleves Morzsás nudli Gyümölcsöntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 426 ZS: 6,1 TZS: 0,6 FH: 16,6 SZH: 60,2 CK: 5,5 SÓ:1,54</p>	<p>Svájci rakott burgonya</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 321 ZS: 16,1 TZS: 8,3 FH: 10,6 SZH: 29,4 CK: 3 SÓ: 0,56</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>Sajtos pogácsa Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:253 ZS: 9,8 TZS: 4,1 FH: 8,5 SZH:31,8 CK:6,9 SÓ: 0,29</p>	<p>Reszelt sajt Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 241 ZS: 7,9 TZS: 4,4 FH: 9,7 SZH: 30,7 CK: 1 SÓ: 1,05</p>	<p>Sertéspárizsi Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 152 ZS: 5,2 TZS: 1,8 FH: 4,9 SZH: 21,2 CK: 0,5 SÓ: 0,91</p>	<p>Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 155 ZS: 5,1 TZS: 1,8 FH: 5,2 SZH: 21,1 CK: 0,3 SÓ:0,88</p>	<p>Kockasajt Kifli Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 169 ZS: 3,4 TZS: 1,9 FH: 5,6 SZH: 28 CK: 2 SÓ: 0,69</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 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. 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 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a Magyar Természetvédők Szövetsége Föld Barátai Magyarország szakmai ajánlásával jött létre.

Körmend

Bölcsőde

2024. 10. 14.–2024. 10. 20.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tejeskávé
Pulykamájás
Teljes kiőrlésű kifli
Paradicsom

Tej
Teavaj
Zsemle
Zöldpaprika

Gyümölcsstea
Körözött
Teljes kiőrlésű kenyér

Tej
Szamóca extra dzsem
Margarin
Félbarna kenyér

Gyümölcsstea
Főtt tojás
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kigyóborka

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1,7

Allergének:
1,7

Allergének:
1,7

Allergének:
1,3

Allergének:

Allergének:

EN:306
ZS:10,5 TZS:4,7 FH:12,2
SZH:39 CK:17 SÓ:1,18

EN:323
ZS:12,3 TZS:7,8 FH:10,7
SZH:40,2 CK:10,5 SÓ:0,85

EN:161
ZS:1,9 TZS:1 FH:5,9
SZH:28,6 CK:8,4 SÓ:0,61

EN:255
ZS:8 TZS:4,6 FH:9
SZH:36,2 CK:15,9 SÓ:0,8

EN:180
ZS:4,1 TZS:1,2 FH:5
SZH:28,3 CK:7,8 SÓ:0,69

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TÍZÓRAI

Alma

Banán-narancs smoothie

Alma

Körte

Szilva

Allergének:

Allergének:

Allergének:

Allergének:

Allergének:

Allergének:

Allergének:

EN:25
ZS:0 TZS:0 FH:0,3
SZH:5,6 CK:5,6 SÓ:0

EN:78
ZS:0 TZS:0 FH:0,5
SZH:16,9 CK:13,6 SÓ:0,31

EN:25
ZS:0 TZS:0 FH:0,3
SZH:5,6 CK:5,6 SÓ:0

EN:42
ZS:0 TZS:0 FH:0,3
SZH:9,6 CK:2,2 SÓ:0

EN:46
ZS:0 TZS:0 FH:0,6
SZH:10,5 CK:10,5 SÓ:0,01

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Vadas sertésragu
Bulgur
Csemegeuborka

Húsgombóc
Paradicsommártás
Főtt burgonya

Gulyásleves
Mákos metélt

Panírozott halrúd
Brokkolífozelék

Sajtos zöldségvagdalt
Zöldbabfozelék

Allergének:
1,7,9,10,12

Allergének:
1,3,9,12

Allergének:
1,3,9,12

Allergének:
1,4,7

Allergének:
1,3,7

Allergének:

Allergének:

EN:352
ZS:14,7 TZS:3,9 FH:12,1
SZH:38 CK:6,1 SÓ:0,87

EN:376
ZS:12 TZS:2,9 FH:12
SZH:51,4 CK:18,1 SÓ:0,56

EN:437
ZS:14,8 TZS:3,1 FH:15
SZH:59,8 CK:14,8 SÓ:0,17

EN:268
ZS:13,6 TZS:1,7 FH:13,1
SZH:21,4 CK:3,5 SÓ:1,07

EN:168
ZS:6,7 TZS:2,2 FH:6,4
SZH:19,9 CK:3,3 SÓ:0,3

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Pizzás csiga

Sajtkrém
Félbarna kenyér
Jégcsapretek

Sajtszelet
Margarin
Zsemle
Kigyóborka

Csirkemell sonka
Margarin
Zsemle
Jégcsapretek

Barackos joghurt
Kifli

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,7

Allergének:
1,7

Allergének:
1

Allergének:
1,7

Allergének:

Allergének:

EN:257
ZS:8,6 TZS:3 FH:8,5
SZH:35,4 CK:3,4 SÓ:0,32

EN:123
ZS:1,4 TZS:0,6 FH:4,8
SZH:22,3 CK:0,9 SÓ:0,71

EN:237
ZS:7,9 TZS:4,4 FH:9,6
SZH:30,1 CK:0,6 SÓ:1,05

EN:185
ZS:3,1 TZS:0,8 FH:6,9
SZH:30,5 CK:0,7 SÓ:1,09

EN:266
ZS:2 TZS:0,8 FH:7,8
SZH:52,8 CK:24,9 SÓ:0,63

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést 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.



TUDJ MEG
TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Körmend

Bölcsőde

2024. 10. 21.–2024. 10. 27.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Kakaós tej
Magyaros vajkrém
Félbarna kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:286
ZS: 9,3 TZS: 6,1 FH: 10
SZH:40,2 CK:19,6 SÓ: 1

Gyümölcsstea
Áfonyás túrókrém
Zsemle

Allergének:
1,7

EN: 215
ZS: 1,6 TZS: 0,7 FH: 6,9
SZH: 41,2 CK: 12 SÓ: 0,65

Tej
Méz
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN: 259
ZS: 8 TZS: 4,6 FH: 9
SZH: 38,1 CK: 18,1 SÓ:0,8

Gyümölcsstea
Majonézes tojáskrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,3,10

EN: 174
ZS: 3,1 TZS: 0,6 FH: 4,6
SZH: 29,5 CK: 8,6 SÓ: 0,72

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TÍZÓRAI

Szilva

Allergének:

EN:46
ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,6
SZH:10,5 CK:10,5 SÓ: 0,01

Gyümölcssaláta

Allergének:
12

EN: 42
ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,6
SZH: 9,5 CK: 6,7 SÓ: 0,15

Alma

Allergének:

EN: 25
ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,3
SZH: 5,6 CK: 5,6 SÓ:0

Cékla-banán smoothie

Allergének:

EN: 93
ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,8
SZH: 22,7 CK: 15,8 SÓ: 0,1

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Bakonyi sertésragu
Párolt rizs

Allergének:
1,7

EN:339
ZS: 15,9 TZS: 5,1 FH: 12
SZH:36,2 CK:1,4 SÓ: 0,31

Főtt tojás
Parajmártás
Főtt burgonya

Allergének:
1,3,7,12

EN: 221
ZS: 3,8 TZS: 1,2 FH: 9,6
SZH: 31,3 CK: 2,2 SÓ: 0,28

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN: 0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Sertésfasírt
Finomfőzelék

Allergének:
1,3,7

EN: 236
ZS: 6,8 TZS: 2,5 FH: 14
SZH: 27,6 CK: 10,2 SÓ:0,47

Lebbencsleves
Túrótöltelkes gombóc
Porcukor szórát

Allergének:
1,7,12

EN: 489
ZS: 8,6 TZS: 1,2 FH: 12,2
SZH: 89,1 CK: 17,3 SÓ: 1,36

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kakaós csiga

Allergének:
1,3,7

EN:228
ZS: 11 TZS: 6 FH: 3
SZH:28,5 CK:11 SÓ: 0,4

Pulykasonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kigyóborka

Allergének:
1

EN: 135
ZS: 2,8 TZS: 0,8 FH: 5,5
SZH: 21 CK: 0,3 SÓ: 1,05

Zala felvágott
Margarin
Kifli
Jégcsapretek

Allergének:
1,7

EN: 188
ZS: 5,5 TZS: 1,9 FH: 6,5
SZH: 27,3 CK: 1,1 SÓ:0,88

Almalé 100%-os
Medvehagymás pogácsa

Allergének:
1,3,7

EN: 192
ZS: 5,6 TZS: 1,7 FH: 3
SZH: 32 CK: 17,8 SÓ: 0,13

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 ételsorokban 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. Szeszámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést 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.



TUDJ MEG
TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉNTEK
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

Körmend

Bölcsőde

2024. 10. 28.–2024. 11. 03.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
REGGELI	Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN:254 ZS: 8 TZS: 4,6 FH: 9 SZH:36,2 CK:15,8 SÓ: 0,8	Gyümölcsstea Sajtkrém napraforgómaggal Zsemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 210 ZS: 1,8 TZS: 0,5 FH: 6,3 SZH: 39,6 CK: 8,8 SÓ: 0,79	Gyümölcsstea Mediterrán tonhalkrém Zsemle <u>Allergének:</u> 1,4,6,7,10,12 EN: 200 ZS: 1,5 TZS: 0,7 FH: 6,9 SZH: 37,7 CK: 8,4 SÓ: 0,75	Tejbedara Kakaós szórat <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 174 ZS: 4,5 TZS: 3 FH: 5,6 SZH: 27,5 CK: 18,8 SÓ:0,29	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
TÍZÓRAI	Alma <u>Allergének:</u> EN:25 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,3 SZH:5,6 CK:5,6 SÓ: 0	Almalé 100%-os <u>Allergének:</u> EN: 68 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0 SZH: 16,7 CK: 16,7 SÓ: 0	Alma Túró rudi <u>Allergének:</u> 6,7 EN: 147 ZS: 5,4 TZS: 4,7 FH: 4,3 SZH: 19,6 CK: 18,2 SÓ: 0,04	Szilva <u>Allergének:</u> EN: 46 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,6 SZH: 10,5 CK: 10,5 SÓ:0,01	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EBÉD	Sertéspörkölt Tökfőzelék <u>Allergének:</u> 1,7 EN:256 ZS: 14,2 TZS: 4,8 FH: 11,2 SZH:20,3 CK:7,9 SÓ: 0,68	Rakott karfiol <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 293 ZS: 18 TZS: 5,6 FH: 11,9 SZH: 19,6 CK: 3,2 SÓ: 0,13	Paprikás burgonya virslivel Cékla savanyúság <u>Allergének:</u> 10,12 EN: 293 ZS: 14,4 TZS: 5,8 FH: 9,7 SZH: 28,1 CK: 3 SÓ: 1,91	Csontleves Borsos sertéstokány Makaróni tészta <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN: 382 ZS: 15,8 TZS: 4,3 FH: 15,4 SZH: 43,6 CK: 3,6 SÓ:0,69	ÜNNEPNAP <u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
UZSONNA	Sertéspárizsi Kifli Kigyóuborka <u>Allergének:</u> 1,7 EN:169 ZS: 3,6 TZS: 1,3 FH: 6,1 SZH:27,2 CK:1,1 SÓ: 0,81	Sertéspárizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1 EN: 158 ZS: 5,2 TZS: 1,8 FH: 4,9 SZH: 21,5 CK: 0,3 SÓ: 0,92	Zöldfűszeres vajkrém Félbarna kenyér Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 134 ZS: 3,5 TZS: 2,1 FH: 3,9 SZH: 21,4 CK: 0,8 SÓ: 0,69	Házi húskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,10,12 EN: 177 ZS: 6,6 TZS: 2,7 FH: 6,2 SZH: 21,9 CK: 0,9 SÓ:1,22	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>

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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.