

Dorog

Bölcsőde Étlap

2020. 03. 02.–2020. 03. 08.

REGGELI

TÍZÓRAI

EBÉD

UZSONNA

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap	
REGGELI	Vaníliás tej Margarin Kakaós kalács <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:243 ZS: 14,9 TZS: 6,7 FH: 15,4 SZH: 54,6 CK: 16,8 SÓ: 1,0	Tej Körözött Félbarna kenyér Kápia paprika <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 248 ZS: 8,3 TZS: 3,9 FH: 13,6 SZH: 29,4 CK: 5,4 SÓ: 0,9	Tej Sajtkrém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 261 ZS: 11,2 TZS: 6,1 FH: 13,0 SZH: 26,8 CK: 5 SÓ: 0,7	Tej Barack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 296 ZS: 7,9 TZS: 3,1 FH: 9,9 SZH: 45,9 CK: 16,3 SÓ: 0,8	Tej Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Reszelt sárgarépa <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 257 ZS: 10,4 TZS: 4,7 FH: 11,8 SZH: 28,6 CK: 5,1 SÓ: 1,0			
TÍZÓRAI	Narancs <u>Allergének:</u> EN:62 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,9 SZH: 12,8 CK: 12,8 SÓ: 0,0	Körte <u>Allergének:</u> EN: 52 ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,4 SZH: 12,0 CK: 12,0 SÓ: 0,0	Alma <u>Allergének:</u> EN: 31 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,4 SZH: 7,0 CK: 7,0 SÓ: 0,0	Kivi <u>Allergének:</u> EN: 52 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 1,0 SZH: 11,3 CK: 11,3 SÓ: 0,0	Banán <u>Allergének:</u> EN: 105 ZS: 0,1 TZS: 0,0 FH: 1,3 SZH: 24,2 CK: 24,2 SÓ: 0,1			
EBÉD	Sertésbecsínált leves Túrógombóc Vaníliás tejföl öntet <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN:468 ZS: 20,8 TZS: 6,3 FH: 32,0 SZH: 50,9 CK: 22,3 SÓ: 0,8	Paprikás csirke csíkok Burgonyafőzelék <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 350 ZS: 10,0 TZS: 0,2 FH: 14,2 SZH: 50,6 CK: 0,4 SÓ: 0,5	100% gyümölcslé Lecsós pulykaragu Párolt rizs <u>Allergének:</u> 1 EN: 344 ZS: 5,2 TZS: 0,2 FH: 14,9 SZH: 66,9 CK: 10,0 SÓ: 0,9	Szezámagos szárnyas húroló Kerti főzelék <u>Allergének:</u> 1,3,7,11 EN: 307 ZS: 8,6 TZS: 0,6 FH: 20,1 SZH: 43,2 CK: 2,1 SÓ: 0,9	Natúr csirkemell Burgonyapüré Cékla savanyúság <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 363 ZS: 10,5 TZS: 0,6 FH: 21,3 SZH: 43,7 CK: 3,7 SÓ: 2,0			
UZSONNA	Gyümölcstea Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1,7 EN:187 ZS: 6,3 TZS: 2,9 FH: 3,6 SZH: 28,9 CK: 7,3 SÓ: 0,6	Gyümölcstea Edami sajt Margarin Félbarna kenyér Retek <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 252 ZS: 10,2 TZS: 5,1 FH: 10,9 SZH: 28,8 CK: 7,2 SÓ: 1,2	Gyümölcstea Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1 EN: 183 ZS: 3,7 TZS: 0,5 FH: 7,8 SZH: 29,2 CK: 7,2 SÓ: 0,8	Gyümölcstea Soproni felvágott Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1 EN: 146 ZS: 2,4 TZS: 0,1 FH: 3,2 SZH: 28,7 CK: 7,2 SÓ: 0,6	Gyümölcstea Gyümölcsjoghurt Babapiskóta <u>Allergének:</u> 1,3,6,7 EN: 213 ZS: 1,4 TZS: 0,4 FH: 5,3 SZH: 44,5 CK: 24,9 SÓ: 0,1			

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

ÉTLAP

Dorog

Bölcsőde Étlap

2020. 03. 09.–2020. 03. 15.

REGGELI

TÍZÓRAI

EBÉD

UZSONNA

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
REGGELI	Tej Margarin Foszlós kalács <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:275 ZS: 14,9 TZS: 6,7 FH: 15,4 SZH: 45,6 CK: 9,8 SÓ: 1,0	Tej Sertés párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 266 ZS: 11,5 TZS: 4,4 FH: 12,2 SZH: 26,7 CK: 5,0 SÓ: 1,2	Tej Majonézes tojáskrém Félbarna kenyér Reszelt sárgarépa <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 264 ZS: 10,6 TZS: 4,6 FH: 11,8 SZH: 28,7 CK: 5,1 SÓ: 1,0	Tej Gabonapehely <u>Allergének:</u> 1,5,6,7 EN: 247 ZS: 8,7 TZS: 3,0 FH: 8,4 SZH: 27,1 CK: 9,3 SÓ: 0,2	Tej Zöldségkrém Félbarna kenyér Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10 EN: 191 ZS: 5,8 TZS: 1,4 FH: 3,8 SZH: 30,6 CK: 12,5 SÓ: 0,9	<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:52 ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,4 SZH: 12,0 CK: 12,0 SÓ: 0,0	Narancs <u>Allergének:</u> EN: 62 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,9 SZH: 12,8 CK: 12,8 SÓ: 0,0	Alma <u>Allergének:</u> EN: 31 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,4 SZH: 7,0 CK: 7,0 SÓ: 0,0	Banán <u>Allergének:</u> EN: 105 ZS: 0,1 TZS: 0,0 FH: 1,3 SZH: 24,2 CK: 24,2 SÓ: 0,1	Kivi <u>Allergének:</u> EN: 52 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 1,0 SZH: 11,3 CK: 11,3 SÓ: 0,0	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
EBÉD	100 %-os Gyümölcsle Pritaminos sertésragu Kapos tökfőzelék <u>Allergének:</u> 1,7 EN:421 ZS: 18,9 TZS: 3,9 FH: 15,9 SZH: 44,8 CK: 29,3 SÓ: 0,9	Stroganoff csirkescsirkok* Bulgur <u>Allergének:</u> 1,7,10 EN: 415 ZS: 13,9 TZS: 2,3 FH: 19,1 SZH: 50,4 CK: 0,7 SÓ: 0,6	Zsurmóka leves Dejős guba Vaníliás öntet <u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8 EN: 357 ZS: 7,0 TZS: 3,0 FH: 11,6 SZH: 55,7 CK: 16,8 SÓ: 0,7	Csirkepörkölt Finomfőzelék <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 341 ZS: 13,0 TZS: 1,3 FH: 21,8 SZH: 32,5 CK: 13,1 SÓ: 1,2	Hal rudacska Burgonyapüré Majonézes tavaszi saláta* <u>Allergének:</u> 1,3,4,7,10,12 EN: 431 ZS: 14,7 TZS: 0,8 FH: 14,5 SZH: 58,0 CK: 4,1 SÓ: 1,5	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
UZSONNA	Gyümölcsstea Szárnyas májkrém Félbarna kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN:175 ZS: 3,9 TZS: 0,1 FH: 5,9 SZH: 30,0 CK: 7,2 SÓ: 0,5	Gyümölcsstea Pritaminos sajtkrém Sokmagvas kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,7,11 EN: 238 ZS: 10,5 TZS: 4,5 FH: 8,5 SZH: 27,0 CK: 7,2 SÓ: 0,9	Gyümölcsstea Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér Kápia paprika <u>Allergének:</u> 1 EN: 164 ZS: 3,3 TZS: 0,4 FH: 8,2 SZH: 28,3 CK: 7,2 SÓ: 1,0	Gyümölcsstea Füstölt sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 267 ZS: 12,7 TZS: 6,5 FH: 7,7 SZH: 29,5 CK: 7,2 SÓ: 1,2	Gyümölcsstea Sajttal szórt pogácsa <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 199 ZS: 10,0 TZS: 2,9 FH: 20,0 SZH: 42,2 CK: 7,2 SÓ: 0,9	<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. Glutén tartalmú 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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést 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.



ÉTLAP

Dorog

Bölcsőde Étlap

2020. 03. 16.–2020. 03. 22.

REGGELI

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

<p>Tej Mogyoróskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8</p> <p>EN:305 ZS: 12,1 TZS: 5,3 FH: 10,3 SZH: 39,3 CK: 11,2 SÓ: 0,8</p>	<p>Tej Kéfires túrókrém Félbarna kenyér Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 170 ZS: 2,3 TZS: 1,1 FH: 7,6 SZH: 29,4 CK: 13,1 SÓ: 0,7</p>	<p>Tej Házi halkrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,7</p> <p>EN: 228 ZS: 7,5 TZS: 3,8 FH: 10,4 SZH: 29,5 CK: 5,4 SÓ: 1,1</p>	<p>Karamellás tej Margarin Fonott kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 340 ZS: 10,6 TZS: 4,5 FH: 10,9 SZH: 48,6 CK: 24,6 SÓ: 0,6</p>	<p>Tej Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 224 ZS: 7,9 TZS: 3,0 FH: 10,0 SZH: 27,0 CK: 5,0 SÓ: 0,8</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>
<p>Narancs</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:62 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,9 SZH: 12,8 CK: 12,8 SÓ: 0,0</p>	<p>Kivi</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 52 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 1,0 SZH: 11,3 CK: 11,3 SÓ: 0,0</p>	<p>Körte</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 52 ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,4 SZH: 12,0 CK: 12,0 SÓ: 0,0</p>	<p>Banán</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 105 ZS: 0,1 TZS: 0,0 FH: 1,3 SZH: 24,2 CK: 24,2 SÓ: 0,1</p>	<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 31 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,4 SZH: 7,0 CK: 7,0 SÓ: 0,0</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>
<p>Főtt tojás Zöldborsófőzelék</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:233 ZS: 7,1 TZS: 0,8 FH: 12,7 SZH: 28,2 CK: 2,0 SÓ: 0,2</p>	<p>Csikós szárnyas ragu Sárgarépa főzelék</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 497 ZS: 41,6 TZS: 12,1 FH: 21,6 SZH: 29,0 CK: 7,8 SÓ: 3,1</p>	<p>Frankfurti leves Mák szórat Főtt tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,8,9,10,12</p> <p>EN: 460 ZS: 15,7 TZS: 1,4 FH: 16,5 SZH: 60,3 CK: 9,7 SÓ: 1,3</p>	<p>100% gyümölcsle Csirkemáj felfűt Karfiolfőzelék</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 327 ZS: 9,2 TZS: 1,6 FH: 13,5 SZH: 39,3 CK: 12,0 SÓ: 1,4</p>	<p>Sajtos csirkeragu Karottás rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 355 ZS: 19,0 TZS: 7,4 FH: 12,4 SZH: 35,2 CK: 0,9 SÓ: 1,8</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>
<p>Gyümölcs tea Zöldfűszeres vajkrém Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:199 ZS: 6,4 TZS: 3,0 FH: 3,7 SZH: 29,0 CK: 7,3 SÓ: 0,6</p>	<p>Gyümölcs tea Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 193 ZS: 6,3 TZS: 1,6 FH: 6,1 SZH: 28,3 CK: 7,2 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcs tea Reszelt sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 258 ZS: 10,8 TZS: 5,5 FH: 11,5 SZH: 29,4 CK: 7,2 SÓ: 1,3</p>	<p>Gyümölcs tea Sárgarépás sajtkrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 185 ZS: 3,7 TZS: 0,5 FH: 7,8 SZH: 29,5 CK: 7,2 SÓ: 0,8</p>	<p>Gyümölcs tea Habos puding Mese fitt omlás keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8,11</p> <p>EN: 155 ZS: 5,5 TZS: 3,6 FH: 3,0 SZH: 23,9 CK: 20,3 SÓ: 0,6</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 keresztaszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutén tartalmú 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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézést 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.

Dorog

Bölcsőde Étlap

2020. 03. 23.–2020. 03. 29.

REGGELI

TÍZÓRAI

EBÉD

UZSONNA

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap	
REGGELI	Kakaós tej Vajkrém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN:303 ZS: 12,3 TZS: 6,3 FH: 10,5 SZH: 37,4 CK: 10,1 SÓ: 0,8	Tej Méz Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 254 ZS: 7,8 TZS: 3,0 FH: 9,9 SZH: 34,8 CK: 12,1 SÓ: 0,8	Tej Padlizsánkrém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 295 ZS: 14,2 TZS: 4,0 FH: 10,7 SZH: 29,5 CK: 6,0 SÓ: 1,1	Karamellás tej Margarin Foszlós kalács <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 275 ZS: 14,9 TZS: 6,7 FH: 15,4 SZH: 45,6 CK: 9,8 SÓ: 1,0	Tej Tojáskrém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN: 254 ZS: 10,3 TZS: 4,5 FH: 11,6 SZH: 27,1 CK: 5,1 SÓ: 1,0			
TÍZÓRAI	Körte <u>Allergének:</u> EN:52 ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,4 SZH: 12,0 CK: 12,0 SÓ: 0,0	Mandarin <u>Allergének:</u> EN: 45 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,7 SZH: 9,8 CK: 9,8 SÓ: 0,0	Alma <u>Allergének:</u> EN: 31 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,4 SZH: 7,0 CK: 7,0 SÓ: 0,0	Kivi <u>Allergének:</u> EN: 52 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 1,0 SZH: 11,3 CK: 11,3 SÓ: 0,0	Banán <u>Allergének:</u> EN: 105 ZS: 0,1 TZS: 0,0 FH: 1,3 SZH: 24,2 CK: 24,2 SÓ: 0,1			
EBÉD	Szárnys ragu Zöldbabfőzelék <u>Allergének:</u> 1,7 EN:380 ZS: 24,5 TZS: 4,3 FH: 17,2 SZH: 18,7 CK: 2,8 SÓ: 3,0	Sertés húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya - fél adag <u>Allergének:</u> 1,3,9,12 EN: 399 ZS: 10,1 TZS: 0,8 FH: 19,7 SZH: 59,88 CK: 15,1 SÓ: 0,9	Tárkonyos pulykabecsinált leves Túrófelfújt Barack öntet <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,11,12 EN: 163 ZS: 3,0 TZS: 1,2 FH: 3,1 SZH: 30,1 CK: 15,4 SÓ: 0,2	100 %-os Gyümölcslé Szárnys húsos csőben sült zöldségek <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 425 ZS: 13,3 TZS: 4,6 FH: 18,5 SZH: 51,1 CK: 32,7 SÓ: 1,3	Hal rudacska Burgonyapüré Csemege uborka <u>Allergének:</u> 1,4,7,10,12 EN: 525 ZS: 15,2 TZS: 0,6 FH: 17,7 SZH: 71,9 CK: 21,6 SÓ: 2,7			
UZSONNA	Gyümölcstea Szárnys májkrém Félbarna kenyér Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN:178 ZS: 3,8 TZS: 0,8 FH: 5,9 SZH: 29,9 CK: 7,2 SÓ: 0,5	Gyümölcstea Málnás túrókrém Babapiskóta <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 289 ZS: 15,3 TZS: 5,6 FH: 14,1 SZH: 23,7 CK: 16,0 SÓ: 0,7	Gyümölcstea Sajt szelet Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 183 ZS: 5,2 TZS: 1,9 FH: 6,0 SZH: 28,9 CK: 7,2 SÓ: 0,9	Gyümölcstea Sajtos párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 202 ZS: 7,1 TZS: 0,1 FH: 5,7 SZH: 30,7 CK: 8,2 SÓ: 0,9	Gyümölcstea Kocka sajt Félbarna kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 160 ZS: 2,8 TZS: 1,7 FH: 4,3 SZH: 30,4 CK: 8,0 SÓ: 0,7			

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztaszennyeződéssel 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. Szézámmag; 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 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.



Dorog

Bölcsőde Étlap

2020. 03. 30.–2020. 04. 05.

REGGELI

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

<p>Kakaó Barack extra dzsem Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:300 ZS: 7,8 TZS: 3,0 FH: 9,9 SZH: 46,0 CK: 16,3 SÓ: 0,8</p>	<p>Tej Körözött Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 242 ZS: 8,3 TZS: 3,9 FH: 13,3 SZH: 28,3 CK: 6,4 SÓ: 0,9</p>	<p>Tejeskávé Margarin Kuglóf</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 289 ZS: 12,8 TZS: 4,9 FH: 12,7 SZH: 44,3 CK: 9,6 SÓ: 0,8</p>	<p>Tej Vajkrém Félbarna kenyér Reszelt sárgarépa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 263 ZS: 11,9 TZS: 6,0 FH: 10,4 SZH: 28,4 CK: 6,1 SÓ: 0,8</p>	<p>Tej Sárgarépa tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 251 ZS: 10,3 TZS: 3,0 FH: 10,4 SZH: 27,8 CK: 6,1 SÓ: 1,1</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>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:31 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,4 SZH: 7,0 CK: 7,0 SÓ: 0,0</p>	<p>Banán</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 105 ZS: 0,1 TZS: 0,0 FH: 1,3 SZH: 24,2 CK: 24,2 SÓ: 0,1</p>	<p>Narancs</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 62 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,9 SZH: 12,8 CK: 12,8 SÓ: 0,0</p>	<p>Körte</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 52 ZS: 0,3 TZS: 0,0 FH: 0,4 SZH: 12,0 CK: 12,0 SÓ: 0,0</p>	<p>Kivi</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 52 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 1,0 SZH: 11,3 CK: 11,3 SÓ: 0,0</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>Tojásleves Bolognai szósz Főtt tészta Reszelt sajt</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:399 ZS: 18,3 TZS: 6,7 FH: 27,4 SZH: 48,2 CK: 0,9 SÓ: 1,5</p>	<p>Vagdalt pógácsa csirkehúsból Kefires burgonyafőzelék</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 384 ZS: 6,5 TZS: 1,2 FH: 18,7 SZH: 60,0 CK: 5,5 SÓ: 1,1</p>	<p>100% gyümölcsle Csirkepörkölt Kapor tökfőzelék</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 293 ZS: 7,1 TZS: 0,3 FH: 17,2 SZH: 44,1 CK: 13,4 SÓ: 0,9</p>	<p>Húsgaluska leves Császármarzsa Dió szórát</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,7,8,10,12</p> <p>EN: 413 ZS: 19,8 TZS: 3,5 FH: 21,0 SZH: 57,6 CK: 18,8 SÓ: 0,9</p>	<p>Fűszeres paradicsomos csirkemell Zöldséges rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,11,12</p> <p>EN: 303 ZS: 6,9 TZS: 0,9 FH: 16,1 SZH: 42,2 CK: 2,0 SÓ: 0,8</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>Gyümölcs tea Sajtkrém Félbarna kenyér Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:197 ZS: 5,7 TZS: 3,1 FH: 6,9 SZH: 30,2 CK: 7,2 SÓ: 0,5</p>	<p>Gyümölcs tea Baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér Reszelt sárgarépa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 199 ZS: 5,9 TZS: 1,4 FH: 5,7 SZH: 30,0 CK: 7,2 SÓ: 1,0</p>	<p>Gyümölcs tea Edami sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 250 ZS: 10,3 TZS: 5,2 FH: 11,0 SZH: 29,0 CK: 7,2 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcs tea Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 169 ZS: 3,2 TZS: 0,3 FH: 8,2 SZH: 28,5 CK: 7,2 SÓ: 1,0</p>	<p>Gyümölcs tea Gyümölcs íz joghurt Háztartási keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8,12</p> <p>EN: 212 ZS: 1,7 TZS: 0,9 FH: 5,3 SZH: 43,0 CK: 20,1 SÓ: 0,3</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 keresztaszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:
 1. Glutén tartalmú 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 kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézést 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.

