

VÁRPALOTA

Bölcsőde

2020. 03. 02.–2020. 03. 08.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Vaníliás tej
Kakaós kalács

Allergének:
1,3,7

EN:221
ZS: 5,6 TZS: 3,2 FH: 6,1
SZH:34,3 CK:13,9 SÓ: 0,4

Tej
Körözött
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1,7,12

EN: 200
ZS: 5,2 TZS: 3,1 FH: 8,8
SZH: 26,2 CK: 4,9 SÓ: 0,8

Tej
Sajtkrém
Zsemle
Paradicsom

Allergének:
1,7

EN: 248
ZS: 5,6 TZS: 3,4 FH: 9,8
SZH: 35,7 CK: 5,8 SÓ: 0,9

Tej
Szilva extra dzsem
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN: 204
ZS: 5,1 TZS: 2,5 FH: 6
SZH: 32,3 CK: 11,4 SÓ:0,9

Tej
Tojáskarika
Margarin
Félbarna kenyér
Retek

Allergének:
1,3,7

EN: 214
ZS: 6,8 TZS: 3 FH: 7,9
SZH: 26,3 CK: 4,9 SÓ: 1

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TÍZÓRAI

Narancs

Allergének:

EN:16
ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,2
SZH:3,4 CK:3,4 SÓ: 0

Ananász befőtt

Allergének:

EN: 28
ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,2
SZH: 6,8 CK: 6,8 SÓ: 0

Alma

Allergének:

EN: 31
ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,4
SZH: 7 CK: 7 SÓ: 0

Narancs

Allergének:

EN: 16
ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,2
SZH: 3,4 CK: 3,4 SÓ:0

Banán

Allergének:

EN: 63
ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,8
SZH: 14,5 CK: 14,5 SÓ: 0,1

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Lecsós pulyka ragu
Zöldséges bulgur

Allergének:
1

EN:269
ZS: 7,9 TZS: 1,7 FH: 13,7
SZH:30,7 CK:2,4 SÓ: 0,4

Fokhagymás csirkecsíkok
Majorannás burgonyafőzelék

Allergének:
1,7,12

EN: 272
ZS: 10,4 TZS: 2,3 FH: 12,6
SZH: 28,2 CK: 1 SÓ: 0,1

Sertés raguleves
Túrós derelye
Vaníliás tejföl

Allergének:
1,3,7,9

EN: 423
ZS: 10,6 TZS: 3,7 FH: 15,1
SZH: 63,9 CK: 9,1 SÓ: 1,3

Húsgombóc
Snidlinges zeller mártás
Főtt burgonya

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 299
ZS: 10,9 TZS: 3,1 FH: 12,2
SZH: 35,1 CK: 1,1 SÓ:0,2

Sertés húsos csőben sült
zöldségek

Allergének:
1,3,7

EN: 294
ZS: 17,7 TZS: 6,6 FH: 15,2
SZH: 16,9 CK: 1,7 SÓ: 0,4

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Gyümölcs tea
Magyaros vajkrém
Félbarna kenyér
Kígyóuborka

Allergének:
1,7,12

EN:151
ZS: 3,3 TZS: 1,8 FH: 3,5
SZH:25,9 CK:4,7 SÓ: 0,8

Gyümölcs tea
Edami sajt
Margarin
Kifli
Zöldpaprika

Allergének:
1,7,12

EN: 234
ZS: 7,6 TZS: 4 FH: 9,8
SZH: 31,3 CK: 5,2 SÓ: 1

Gyümölcs tea
Gépsonka
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,6,12

EN: 152
ZS: 3,2 TZS: 0,8 FH: 5,2
SZH: 25,7 CK: 4,4 SÓ: 1,1

Gyümölcs tea
Soproni felvágott
Margarin
Zsemle
Zöldpaprika

Allergének:
1,6,12

EN: 218
ZS: 4,8 TZS: 1,5 FH: 6,5
SZH: 34,8 CK: 4,7 SÓ:1,1

Gyümölcs tea
Gyümölcsös joghurt
Teljes kiőrlésű kifli

Allergének:
1,7,12

EN: 211
ZS: 2 TZS: 1,2 FH: 7,5
SZH: 39,1 CK: 17,6 SÓ: 0,7

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. 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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás ételről érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést biztosítunk. A szükség szerinti ételváltoztatásért 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.

VÁRPALOTA

Bölcsőde

2020. 03. 09.–2020. 03. 15.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tej Briós	Tej Baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér	Tej Majonézés tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Répahasáb	Tej Gabonapehely	Tej Húspástétom Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka		
<u>Allergének:</u> 1,3,6,7	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:223 ZS: 6,8 TZS: 4 FH: 7,3 SZH:33,2 CK:9 SÓ: 0,5	EN: 202 ZS: 6,7 TZS: 2,5 FH: 7,6 SZH: 26,1 CK: 4,9 SÓ: 1,2	EN: 213 ZS: 6,1 TZS: 2,7 FH: 7,3 SZH: 28,2 CK: 6,1 SÓ: 0,9	EN: 115 ZS: 3,4 TZS: 2 FH: 3,9 SZH: 16,7 CK: 10 SÓ:0,1	EN: 197 ZS: 5,5 TZS: 2,9 FH: 7,4 SZH: 26,6 CK: 5,8 SÓ: 1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

TÍZÓRAI

Alma	Körte	Alma	Banán	Alma		
<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:31 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,4 SZH:7 CK:7 SÓ: 0	EN: 52 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,4 SZH: 12 CK: 12 SÓ: 0	EN: 31 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,4 SZH: 7 CK: 7 SÓ: 0	EN: 63 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,8 SZH: 14,5 CK: 14,5 SÓ:0,1	EN: 31 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,4 SZH: 7 CK: 7 SÓ: 0	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér	Sertéspörkölt Kerti főzelék Félbarna kenyér	Csirkeraguleves Sajtos tejfőlés tészta	Rakott karfiol	Panírozott halrudacska Snidlinges burgonya Majonézés tavaszi saláta		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,4,7,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:275 ZS: 15,4 TZS: 4,7 FH: 11,2 SZH:20,9 CK:2,1 SÓ: 2,3	EN: 308 ZS: 15,1 TZS: 3,9 FH: 12,6 SZH: 28,8 CK: 3,6 SÓ: 0,6	EN: 371 ZS: 15,1 TZS: 6,1 FH: 17,7 SZH: 38,4 CK: 2,1 SÓ: 0,6	EN: 250 ZS: 12,9 TZS: 4,3 FH: 11 SZH: 20 CK: 1,4 SÓ:0,1	EN: 316 ZS: 11,2 TZS: 2,3 FH: 11,2 SZH: 39 CK: 1,9 SÓ: 0,7	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Gyümölcsstea Csirkemájkrém Kifli Zöldpaprika	Gyümölcsstea Pritaminos sajtkrém Zsemle Póréhagyma	Gyümölcsstea Csirkemell sonka Margarin Zsemle Zöldpaprika	Gyümölcsstea Trappista sajt szelet Margarin Kifli Retek	Gyümölcsstea Sajtos stangli Natúr joghurt		
<u>Allergének:</u> 1,7,10,12	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,12	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,6,7,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:208 ZS: 6,1 TZS: 1,8 FH: 5,5 SZH:31,8 CK:5,4 SÓ: 0,6	EN: 202 ZS: 2,6 TZS: 1,3 FH: 6,9 SZH: 35,6 CK: 5,3 SÓ: 0,8	EN: 204 ZS: 2,8 TZS: 0,6 FH: 7,2 SZH: 34,6 CK: 4,7 SÓ: 0,9	EN: 238 ZS: 8,1 TZS: 4,2 FH: 9,2 SZH: 31,2 CK: 5,2 SÓ:1,3	EN: 408 ZS: 8,4 TZS: 5,3 FH: 14,2 SZH: 67,9 CK: 13 SÓ: 1	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 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. Szénessav; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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.

VÁRPALOTA

Bölcsőde

2020. 03. 16.–2020. 03. 22.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

<p>Tej Mogyorós krém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,8</p> <p>EN:211 ZS: 6,1 TZS: 3,6 FH: 6,2 SZH:31,8 CK:10,8 SÓ: 0,8</p>	<p>Tej Túrókrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 195 ZS: 4,7 TZS: 3 FH: 8,5 SZH: 26,4 CK: 4,9 SÓ: 0,8</p>	<p>Tej Mediterrán tonhalkrém Zsemle Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,6,7,10,12</p> <p>EN: 241 ZS: 4,8 TZS: 2,8 FH: 10 SZH: 35,6 CK: 5,7 SÓ: 0,9</p>	<p>Tejeskávé Fonott kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 227 ZS: 5,4 TZS: 3,2 FH: 5,9 SZH: 36,5 CK: 16 SÓ:0,4</p>	<p>Tej Tojáskarika Margarin Félbarna kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 213 ZS: 6,8 TZS: 3 FH: 7,9 SZH: 26,2 CK: 4,9 SÓ: 0,9</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 TZS: 0 FH: 0,4 SZH:7 CK:7 SÓ: 0</p>	<p>Körte Omlós keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 121 ZS: 2,7 TZS: 1,3 FH: 1,6 SZH: 21,8 CK: 15 SÓ: 0,1</p>	<p>Banán</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 63 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,8 SZH: 14,5 CK: 14,5 SÓ: 0,1</p>	<p>Narancs Háztartási keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 77 ZS: 0,9 TZS: 0,4 FH: 1,6 SZH: 14,8 CK: 6,2 SÓ:0,1</p>	<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 31 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,4 SZH: 7 CK: 7 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>Szárnyas fasírt Sárgarépa főzelék</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:255 ZS: 10,8 TZS: 1,9 FH: 11,8 SZH:26,6 CK:5,4 SÓ: 0,6</p>	<p>Főtt tojás Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 272 ZS: 7,7 TZS: 1,8 FH: 11,6 SZH: 35,5 CK: 5,7 SÓ: 0,5</p>	<p>Frankfurti leves Túrós bukta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12</p> <p>EN: 322 ZS: 11,4 TZS: 3,5 FH: 12,1 SZH: 41 CK: 4 SÓ: 0,5</p>	<p>Hagymás csirkemáj Párolt rizs Cékla</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10</p> <p>EN: 312 ZS: 12,5 TZS: 2 FH: 12,8 SZH: 37 CK: 2,7 SÓ:0,7</p>	<p>Leccsős karikaburgonya Grillfűszeres csirkemell Csemege uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN: 244 ZS: 6,9 TZS: 1,3 FH: 16,3 SZH: 26,2 CK: 2 SÓ: 1,4</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>Gyümölcsstea Zöldfűszeres vajkrém Kifli Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:185 ZS: 3,9 TZS: 2 FH: 4,9 SZH:31,5 CK:5,5 SÓ: 0,7</p>	<p>Gyümölcsstea Kockasajt Zsemle Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 215 ZS: 4,6 TZS: 2,7 FH: 6,5 SZH: 35,1 CK: 5,5 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcsstea Reszelt sajt Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 203 ZS: 7,5 TZS: 4 FH: 7,5 SZH: 25,3 CK: 4,4 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcsstea Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,12</p> <p>EN: 155 ZS: 3,4 TZS: 0,9 FH: 5,5 SZH: 25,5 CK: 4,4 SÓ:1</p>	<p>Gyümölcsstea Kifli Túró desszert</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,12</p> <p>EN: 233 ZS: 5,3 TZS: 3,6 FH: 5,7 SZH: 39,6 CK: 13,1 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 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. Szénnitrogén; 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.

VÁRPALOTA

Bölcsőde

2020. 03. 23.–2020. 03. 29.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

<p>Kakaós tej Vajkrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:267 ZS: 6,3 TZS: 3,8 FH: 7,9 SZH:40,9 CK:11,6 SÓ: 0,9</p>	<p>Tej Méz Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 213 ZS: 5,1 TZS: 2,5 FH: 5,9 SZH: 34 CK: 13,1 SÓ: 0,9</p>	<p>Tej Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 217 ZS: 8,3 TZS: 2,6 FH: 6 SZH: 26,5 CK: 5,5 SÓ: 0,9</p>	<p>Tej Fatörzs kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 227 ZS: 6,3 TZS: 3,6 FH: 7 SZH: 33,1 CK: 8,8 SÓ:0,5</p>	<p>Tej Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 204 ZS: 5,5 TZS: 3 FH: 7,4 SZH: 27,2 CK: 6 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>
--	--	--	---	---	--	--

TÍZÓRAI

<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:31 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,4 SZH:7 CK:7 SÓ: 0</p>	<p>Körte Korpotiv keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 120 ZS: 2 TZS: 0,8 FH: 2 SZH: 22,4 CK: 12,7 SÓ: 0,2</p>	<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 31 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,4 SZH: 7 CK: 7 SÓ: 0</p>	<p>Banán</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 63 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,8 SZH: 14,5 CK: 14,5 SÓ:0,1</p>	<p>Ananász befőtt</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 28 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,2 SZH: 6,8 CK: 6,8 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>Csirke aprópecsenye Zöldbabfőzelék</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:204 ZS: 9,5 TZS: 2,2 FH: 11,8 SZH:16,4 CK:4,1 SÓ: 0,2</p>	<p>Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 323 ZS: 11,1 TZS: 2,8 FH: 11,7 SZH: 41,9 CK: 7,7 SÓ: 0,6</p>	<p>Tárkonyos pulykabecsinált leves Darázsfészek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 493 ZS: 16,5 TZS: 3,2 FH: 16,1 SZH: 67,9 CK: 21 SÓ: 0,2</p>	<p>Rakott brokkoli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 243 ZS: 12,7 TZS: 4,3 FH: 11,9 SZH: 18,3 CK: 1,4 SÓ:0,1</p>	<p>Panírozott halrudacska Burgonyapüré Csemege uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,7,10,12</p> <p>EN: 287 ZS: 9,4 TZS: 2 FH: 10,9 SZH: 36,6 CK: 3,1 SÓ: 1,2</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 Húspástétom Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN:151 ZS: 2,7 TZS: 1 FH: 4,5 SZH:26,1 CK:5,3 SÓ: 0,9</p>	<p>Gyümölcs tea Olasz felvágott Margarin Császárszemle Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,12</p> <p>EN: 236 ZS: 7,3 TZS: 2,7 FH: 6,5 SZH: 34,6 CK: 5,7 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcs tea Trappista sajt szelet Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 252 ZS: 7,7 TZS: 4 FH: 9,2 SZH: 34,5 CK: 4,8 SÓ: 1,4</p>	<p>Gyümölcs tea Füstölt baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér Jégcsaprettek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN: 172 ZS: 5 TZS: 1,6 FH: 4,8 SZH: 25,9 CK: 4,4 SÓ:1,1</p>	<p>Gyümölcs tea Kockasajt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 219 ZS: 6,6 TZS: 4 FH: 7 SZH: 31,9 CK: 6,2 SÓ: 1,2</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 keresztzennyezéssel 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. Szérum; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést 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.

VÁRPALOTA

Bölcsőde

2020. 03. 30.–2020. 04. 05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tej Barack extra dzsem Margarin Fehérkenyér <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN:206 ZS: 5,4 TZS: 2,5 FH: 6,5 SZH:32,2 CK:11 SÓ: 1	Tej Körözött Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 191 ZS: 5,2 TZS: 3,1 FH: 8,6 SZH: 25,9 CK: 5 SÓ: 0,7	Tejeskávé Kuglóf <u>Allergének:</u> 1,3,6,7 EN: 232 ZS: 5,9 TZS: 3,5 FH: 6 SZH: 36,9 CK: 18,6 SÓ: 0,4	Gyümölcsstea Tejbedara Kakaós szórát <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 273 ZS: 5,7 TZS: 3,8 FH: 8 SZH: 43,7 CK: 26,8 SÓ:0,2	Tej Tojáskarika Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 215 ZS: 7 TZS: 3,1 FH: 8 SZH: 25,8 CK: 4,9 SÓ: 0,8	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
---	---	---	---	--	--	--

TÍZÓRAI

Alma <u>Allergének:</u> EN:31 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,4 SZH:7 CK:7 SÓ: 0	Körte <u>Allergének:</u> EN: 52 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,4 SZH: 12 CK: 12 SÓ: 0	Alma <u>Allergének:</u> EN: 31 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,4 SZH: 7 CK: 7 SÓ: 0	Banán <u>Allergének:</u> EN: 63 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,8 SZH: 14,5 CK: 14,5 SÓ:0,1	Ananász befőtt <u>Allergének:</u> EN: 28 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,2 SZH: 6,8 CK: 6,8 SÓ: 0	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
---	---	--	--	--	--	--

EBÉD

Csirkepörkölt Tökfőzelék Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN:288 ZS: 10,8 TZS: 2 FH: 12,4 SZH:33,6 CK:6,3 SÓ: 0,6	Sertés húsgombóc leves Gránátos kocka Cékla <u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12 EN: 450 ZS: 16,2 TZS: 2,8 FH: 14,2 SZH: 60,2 CK: 4,8 SÓ: 1,7	Zöldborsós sertés ragu Párolt rizs Csemege uborka <u>Allergének:</u> 1,10 EN: 368 ZS: 17,5 TZS: 3,8 FH: 12,7 SZH: 39,4 CK: 1,9 SÓ: 0,6	Szárnyas vagdalt Kelkáposzta főzelék <u>Allergének:</u> 1,3,12 EN: 234 ZS: 10,1 TZS: 1,4 FH: 13,3 SZH: 21,5 CK: 0,1 SÓ:0,3	Lecsós sertés ragu Brokkoli főzelék <u>Allergének:</u> 1,7 EN: 225 ZS: 14,2 TZS: 3,8 FH: 11,7 SZH: 12,1 CK: 2,9 SÓ: 0,4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
--	--	---	--	---	--	--

UZSONNA

Sajtkrém Kifli Kaliforniai paprika <u>Allergének:</u> 1,7 EN:172 ZS: 3,2 TZS: 1,7 FH: 6,8 SZH:27,7 CK:1,7 SÓ: 0,7	Gyümölcsstea Sertés párizsi Margarin Zsemle Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,6,12 EN: 205 ZS: 4 TZS: 0,8 FH: 5,7 SZH: 34,7 CK: 4,7 SÓ: 1,1	Gyümölcsstea Edami sajt Margarin Félbarna kenyér Kigyóuborka <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 201 ZS: 7 TZS: 3,8 FH: 8,3 SZH: 25,6 CK: 4,3 SÓ: 1,1	Tej Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,12 EN: 197 ZS: 5,4 TZS: 2,5 FH: 8,7 SZH: 26,5 CK: 5 SÓ:1,1	Gyümölcsstea Gyümölcsös joghurt Kifli <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN: 236 ZS: 2,3 TZS: 1,2 FH: 8 SZH: 45 CK: 18,4 SÓ: 0,7	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
--	--	--	---	--	--	--

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. Szezámmag; 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.