

Kecskemét

4x-i étkezés bölcsőde

2020. 03. 30.–2020. 04. 03.

REGGELI
TÍZÓRAI
EBÉD
UZZONNA

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
REGGELI	<p>Tej Extra dzsem Delma light margarin Fehér kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:271 ZS: 8,0 TZS: 4,6 FH: 9,9 SZH: 36,4 CK: 14,2 SÓ: 1,1</p>	<p>Citromos tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 154 ZS: 3,0 TZS: 1,8 FH: 5,8 SZH: 25,0 CK: 4,0 SÓ: 0,8</p>	<p>Tejescávé Kuglóf</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 307 ZS: 9,1 TZS: 5,5 FH: 9,8 SZH: 42,4 CK: 22,6 SÓ: 0,6</p>	<p>Tej Vajkrém natúr Hosszú zsemle Sárgarépa karika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 360 ZS: 12,2 TZS: 7,9 FH: 11,6 SZH: 45,7 CK: 13,7 SÓ: 1,2</p>	<p>Tej Főtt tojás kisétkezés Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 290 ZS: 11,0 TZS: 4,6 FH: 12,5 SZH: 30,5 CK: 9,2 SÓ: 1,0</p>		
TÍZÓRAI	<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:12 ZS: 0,2 TZS: 0,0 FH: 0,2 SZH: 2,8 CK: 2,8 SÓ: 0,0</p>	<p>Gyümölcskompót</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 33 ZS: 0,1 TZS: 0,0 FH: 0,2 SZH: 8,0 CK: 8,0 SÓ: 0,0</p>	<p>Túrókrém Kifli Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 149 ZS: 1,8 TZS: 0,6 FH: 6,6 SZH: 26,4 CK: 1,5 SÓ: 0,8</p>	<p>Húspástétom Félbarna kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 112 ZS: 2,5 TZS: 1,0 FH: 3,8 SZH: 18,3 CK: 1,1 SÓ: 0,8</p>	<p>Gyümölcskompót</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 33 ZS: 0,1 TZS: 0,0 FH: 0,2 SZH: 8,0 CK: 8,0 SÓ: 0,0</p>		
EBÉD	<p>Csirkepörkölt Tökfőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:333 ZS: 9,1 TZS: 2,4 FH: 16,5 SZH: 45,1 CK: 7,1 SÓ: 0,8</p>	<p>Húsgombóc leves sertés Tejbedara Gyümölcs öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 449 ZS: 13,7 TZS: 6,8 FH: 15,3 SZH: 61,5 CK: 32,7 SÓ: 0,6</p>	<p>Tojáslepeny Céklafőzelék</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 252 ZS: 12,2 TZS: 2,5 FH: 8,7 SZH: 25,7 CK: 0,9 SÓ: 0,7</p>	<p>Szezámgyogyszerű sertés roló Kelkáposzta főzelék</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 128 ZS: 4,6 TZS: 0,5 FH: 5,7 SZH: 15,4 CK: 0,1 SÓ: 0,1</p>	<p>Panírozott halrúd Brokkoli főzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 267 ZS: 6,4 TZS: 1,9 FH: 15,1 SZH: 35,2 CK: 3,3 SÓ: 0,8</p>		
UZZONNA	<p>Natúr sajtkrém Kifli Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:182 ZS: 5,6 TZS: 3,0 FH: 6,4 SZH: 26,0 CK: 1,3 SÓ: 0,9</p>	<p>Baromfi párizsi Delma light margarin Zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 211 ZS: 4,9 TZS: 1,5 FH: 7,2 SZH: 33,4 CK: 0,3 SÓ: 1,0</p>	<p>Edámi sajt Delma light margarin Félbarna kenyér Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 185 ZS: 7,1 TZS: 3,9 FH: 8,4 SZH: 22,0 CK: 0,2 SÓ: 1,1</p>	<p>Csirkemell sonka Delma light margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 136 ZS: 2,6 TZS: 0,8 FH: 5,7 SZH: 21,8 CK: 0,2 SÓ: 1,0</p>	<p>Joghurt gyümölcsös Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 235 ZS: 3,7 TZS: 2,2 FH: 7,4 SZH: 42,6 CK: 16,3 SÓ: 0,8</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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 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

HUNGAST

Kérlek még!

Kecskemét

4x-i étkezés bölcsőde

2020. 04. 06.–2020. 04. 10.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

<p>Tej Méz Vaj Fehér kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:335 ZS: 14,1 TZS: 10,1 FH: 9,9 SZH: 38,8 CK: 17,1 SÓ: 1,0</p>	<p>Tej Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 264 ZS: 9,0 TZS: 4,3 FH: 10,5 SZH: 30,3 CK: 9,5 SÓ: 0,9</p>	<p>Tej Vajkrém magyaros Félbarna kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 254 ZS: 8,0 TZS: 5,2 FH: 9,5 SZH: 32,0 CK: 9,4 SÓ: 0,9</p>	<p>Vaníliás tej Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 381 ZS: 9,5 TZS: 5,6 FH: 11,0 SZH: 58,9 CK: 25,8 SÓ: 0,7</p>		
---	---	--	---	--	--

TÍZÓRAI

<p>Alma Korpotit keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,8,11</p> <p>EN:102 ZS: 2,8 TZS: 1,0 FH: 2,3 SZH: 16,7 CK: 3,7 SÓ: 0,2</p>	<p>Gyümölcskompót</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 33 ZS: 0,1 TZS: 0,0 FH: 0,2 SZH: 8,0 CK: 8,0 SÓ: 0,0</p>	<p>Húsvéti tojás</p> <p><u>Allergének:</u> 6,7,8</p> <p>EN: 133 ZS: 9,0 TZS: 4,6 FH: 1,6 SZH: 11,1 CK: 10,7 SÓ: 0,0</p>	<p>Alma Omlós keksz</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8</p> <p>EN: 105 ZS: 3,5 TZS: 1,6 FH: 1,5 SZH: 16,8 CK: 7,0 SÓ: 0,1</p>		
--	---	---	---	--	--

EBÉD

<p>Sertéspörkölt Karfiofőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN:289 ZS: 9,2 TZS: 2,8 FH: 17,3 SZH: 32,1 CK: 2,7 SÓ: 0,8</p>	<p>Hamis gulyás Mákos nudli Vaníliás öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12</p> <p>EN: 435 ZS: 12,6 TZS: 2,1 FH: 10,4 SZH: 55,8 CK: 16,5 SÓ: 1,2</p>	<p>Rakott sárgarépa csirkehússal</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 215 ZS: 8,5 TZS: 3,6 FH: 13,4 SZH: 20,2 CK: 2,2 SÓ: 0,6</p>	<p>Pulykapörkölt Zöldbabfőzelék</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 222 ZS: 9,6 TZS: 1,8 FH: 13,5 SZH: 22,5 CK: 3,7 SÓ: 0,3</p>	<p>Ünnep</p>	
---	---	---	---	---------------------	--

UZSONNA

<p>Csírke kenőmájás Félbarna kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:136 ZS: 2,3 TZS: 0,7 FH: 5,2 SZH: 22,9 CK: 0,2 SÓ: 0,8</p>	<p>Gépsonka Delma light margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 202 ZS: 3,6 TZS: 1,4 FH: 7,3 SZH: 33,8 CK: 0,6 SÓ: 1,1</p>	<p>Trappista sajt Delma light margarin Zsemle Jégscapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 256 ZS: 8,2 TZS: 4,4 FH: 10,6 SZH: 33,3 CK: 0,3 SÓ: 1,1</p>	<p>Tökmagkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 175 ZS: 7,0 TZS: 3,5 FH: 4,9 SZH: 21,5 CK: 0,2 SÓ: 0,8</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. 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.



ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Kecskemét

4x-i étkezés bölcsőde

2020. 04. 13.–2020. 04. 17.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tej
Citrusos túrókrém
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN: 258
ZS: 7,0
SZH: 33,7

TZS: 4,5
FH: 11,1
SÓ: 0,9
CK: 11,3

Tej
Padlizsánkrém
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,10,12

EN: 267
ZS: 10,1
SZH: 30,6

TZS: 4,6
FH: 9,3
SÓ: 1,1
CK: 9,6

Tej
Mogyoróskrém
Fehér kenyér

Allergének:
1,5,6,7,8

EN: 282
ZS: 9,0
SZH: 36,3

TZS: 5,6
FH: 10,4
SÓ: 1,0
CK: 14,5

Tej
Főtt tojás
Delma light margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,3,7

EN: 290
ZS: 11,0
SZH: 30,5

TZS: 4,6
FH: 12,5
SÓ: 1,0
CK: 9,2

TÍZÓRAI

Barack befőtt
Háztartási keksz

Allergének:
1,3,5,6,7,8,12

EN: 117
ZS: 1,2
SZH: 23,7

TZS: 0,5
FH: 2,0
SÓ: 0,2
CK: 12,2

Alma

Allergének:

EN: 12
ZS: 0,2
SZH: 2,8

TZS: 0,0
FH: 0,2
SÓ: 0,0
CK: 2,8

Gyümölcskompót

Allergének:

EN: 33
ZS: 0,1
SZH: 8,0

TZS: 0,0
FH: 0,2
SÓ: 0,0
CK: 8,0

Alma

Allergének:

EN: 12
ZS: 0,2
SZH: 2,8

TZS: 0,0
FH: 0,2
SÓ: 0,0
CK: 2,8

EBÉD

Ünnep

Főtt tojás
Parajmártás
Főtt burgonya ½ adag
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,6,7,9,10,12

EN: 246
ZS: 4,4
SZH: 41,0

TZS: 0,4
FH: 9,3
SÓ: 0,8
CK: 0,2

Sertésragu
Tökfőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,6,7,9,10

EN: 302
ZS: 10,6
SZH: 36,5

TZS: 3,3
FH: 13,6
SÓ: 0,7
CK: 6,8

Rakott brokkoli
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,6,7,9,10

EN: 325
ZS: 14,7
SZH: 31,8

TZS: 5,6
FH: 14,1
SÓ: 0,8
CK: 3,7

Majorannás csirkeragu
Főtt burgonya
Céklasaláta

Allergének:
1,6,7,9,10,12

EN: 241
ZS: 7,0
SZH: 33,7

TZS: 0,7
FH: 10,3
SÓ: 0,8
CK: 1,9

UZSONNA

Zalai felvágott
Delma light margarin
Félbarna kenyér
Kigyóuborka

Allergének:
1,6,7

EN: 147
ZS: 3,7
SZH: 22,6

TZS: 1,3
FH: 5,3
SÓ: 1,1
CK: 0,2

Baromfi párizsi
Delma light margarin
Zsemle
Zöldpaprika

Allergének:
1,6,7

EN: 212
ZS: 4,9
SZH: 33,6

TZS: 1,5
FH: 7,2
SÓ: 0,9
CK: 0,3

Edámi sajt
Delma light margarin
Félbarna kenyér
Hónapos retek

Allergének:
1,7

EN: 186
ZS: 7,1
SZH: 22,1

TZS: 3,9
FH: 8,5
SÓ: 1,1
CK: 0,2

Gyümölcsös Joghurt
Kifli

Allergének:
1,6,7

EN: 235
ZS: 3,7
SZH: 42,6

TZS: 2,2
FH: 7,4
SÓ: 0,8
CK: 16,3

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. 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 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.

Kecskemét

4x-i étkezés bölcsőde

2020. 04. 20.–2020. 04. 24.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tej Kuglóf	Tej Főtt tojás Delma light margarin Zsemle Jégcsapretek	Kakaós tej Delma light margarin Kifli	Tej Gabonagolyó	Citromos tea Majonéz uborkás tojáskrém Félbarna kenyér Kígyóborka		
<u>Allergének:</u> 1,3,6,7	<u>Allergének:</u> 1,3,6	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,5,6,7,8,11	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10		
EN:265 ZS: 9,1 TZS: 5,5 FH: 9,8 SZH: 32,4 CK: 12,6 SÓ: 0,6	EN: 218 ZS: 5,3 TZS: 0,9 FH: 8,1 SZH: 33,1 CK: 0,3 SÓ: 0,8	EN: 283 ZS: 8,3 TZS: 4,7 FH: 11,1 SZH: 37,8 CK: 12,3 SÓ: 1,0	EN: 198 ZS: 5,8 TZS: 3,8 FH: 7,1 SZH: 25,6 CK: 15,0 SÓ: 0,3	EN: 153 ZS: 3,2 TZS: 0,4 FH: 4,5 SZH: 25,9 CK: 3,9 SÓ: 0,7		

TÍZÓRAI

Vaj Zsemle Zöldpaprika	Barack befőtt	Gyümölcskompót Omlós keksz	Túrókrém Zsemle Zöldpaprika	Alma		
<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u>		
EN:236 ZS: 8,8 TZS: 6,4 FH: 5,0 SZH: 33,2 CK: 0,2 SÓ: 0,7	EN: 36 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH: 0,2 SZH: 8,5 CK: 8,5 SÓ: 0,0	EN: 126 ZS: 3,4 TZS: 1,6 FH: 1,6 SZH: 22,0 CK: 12,3 SÓ: 0,1	EN: 188 ZS: 2,1 TZS: 0,9 FH: 7,2 SZH: 33,9 CK: 0,4 SÓ: 0,8	EN: 12 ZS: 0,2 TZS: 0,0 FH: 0,2 SZH: 2,8 CK: 2,8 SÓ: 0,0		

EBÉD

Lecsős csirkeragu Finomfőzelék	Szárnyas vagdalt Burgonyafőzelék	Paradicsomos tonhal tésztával Reszelt sajt Alma	Tojáslepény Sárgarépa-főzelék	Grillfűszeres csirkecomb filé Zöldséges bulgur Friss kevert saláta Édes-fűszeres körtés szelet		
<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10		
EN:231 ZS: 5,1 TZS: 1,2 FH: 18,6 SZH: 26,6 CK: 5,2 SÓ: 0,5	EN: 283 ZS: 7,5 TZS: 1,8 FH: 12,3 SZH: 40,1 CK: 1,6 SÓ: 0,5	EN: 89 ZS: 5,8 TZS: 3,6 FH: 5,7 SZH: 3,2 CK: 2,8 SÓ: 0,5	EN: 240 ZS: 8,3 TZS: 2,0 FH: 10,3 SZH: 28,7 CK: 3,6 SÓ: 0,8	EN: 407 ZS: 15,8 TZS: 1,9 FH: 18,8 SZH: 46,4 CK: 17,3 SÓ: 0,9		

UZSONNA

Csirke kenőmájás Félbarna kenyér Zöldpaprika	Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Zöldfűszeres sajtkrém Félbarna kenyér Hónapos retek	Csirkemell sonka Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Kockasajt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,6,7		
EN:138 ZS: 2,4 TZS: 0,7 FH: 5,2 SZH: 23,2 CK: 0,2 SÓ: 0,8	EN: 270 ZS: 8,6 TZS: 5,6 FH: 11,8 SZH: 31,5 CK: 9,6 SÓ: 1,0	EN: 135 ZS: 2,0 TZS: 1,1 FH: 4,2 SZH: 22,4 CK: 0,2 SÓ: 1,0	EN: 140 ZS: 2,9 TZS: 0,9 FH: 6,3 SZH: 21,1 CK: 0,2 SÓ: 1,0	EN: 166 ZS: 3,8 TZS: 2,3 FH: 6,4 SZH: 26,4 CK: 2,5 SÓ: 1,2		

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 kisizolgáást végző munkatársainknál! Diétás étkezését 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.

Kecskemét

4x-i étkezés bölcsőde

2020. 04. 27.–2020. 05. 01.

REGGELI
TÍZÓRAI
EBÉD
UZSONNA

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
REGGELI	Tej Extra dzsem Delma light margarin Fehér kenyér <u>Allergének:</u> 1,7 EN:271 ZS: 8,0 TZS: 4,6 FH: 9,9 SZH: 36,4 CK: 14,2 SÓ: 1,1	Citromos tea Vaníliás krémtúró Teljes kiőrlésű Zsemle <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 190 ZS: 0,7 TZS: 0,4 FH: 7,0 SZH: 37,8 CK: 4,1 SÓ: 0,7	Tej Főtt tojás Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN: 290 ZS: 11,0 TZS: 4,6 FH: 12,5 SZH: 30,5 CK: 9,2 SÓ: 1,0	Tej Sajtos pogácsa <u>Allergének:</u> 1,3,6,7 EN: 343 ZS: 16,6 TZS: 8,7 FH: 10,6 SZH: 33,3 CK: 12,8 SÓ: 1,3	Tej Zalai felvágott Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 275 ZS: 9,6 TZS: 5,2 FH: 11,4 SZH: 31,2 CK: 9,2 SÓ: 1,3		
TÍZÓRAI	Vaj Teljes kiőrlésű kifli Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN:212 ZS: 9,4 TZS: 6,6 FH: 4,5 SZH: 26,2 CK: 1,8 SÓ: 0,8	Korpovit keksz Alma <u>Allergének:</u> 1,3,7,8,11 EN: 102 ZS: 2,8 TZS: 1,0 FH: 2,3 SZH: 16,7 CK: 3,7 SÓ: 0,2	Banán <u>Allergének:</u> EN: 42 ZS: 0,1 TZS: 0,0 FH: 0,5 SZH: 9,7 CK: 9,7 SÓ: 0,0	Gyümölcskompót <u>Allergének:</u> EN: 33 ZS: 0,1 TZS: 0,0 FH: 0,2 SZH: 8,0 CK: 8,0 SÓ: 0,0	Alma <u>Allergének:</u> EN: 12 ZS: 0,2 TZS: 0,0 FH: 0,2 SZH: 2,8 CK: 2,8 SÓ: 0,0		
EBÉD	Sertés vagdalt Zöldborsófőzelék <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10 EN:349 ZS: 15,1 TZS: 4,4 FH: 14,8 SZH: 37,0 CK: 10,0 SÓ: 0,5	Fűszeres csirke csíkok Kelkáposzta főzelék Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10,12 EN: 301 ZS: 8,3 TZS: 1,2 FH: 16,4 SZH: 39,3 CK: 0,3 SÓ: 0,9	Csirkés paella Csemege uborka cukorral <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10 EN: 275 ZS: 5,1 TZS: 0,6 FH: 14,8 SZH: 41,4 CK: 1,5 SÓ: 0,8	Rakott karfiol Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10 EN: 331 ZS: 15,4 TZS: 5,6 FH: 14,6 SZH: 31,7 CK: 2,5 SÓ: 0,7	Főtt csirkemell Gyümölcsmártás Pirított dara 1/2 adag <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10 EN: 228 ZS: 3,3 TZS: 1,2 FH: 15,9 SZH: 32,8 CK: 17,5 SÓ: 0,4		
UZSONNA	Vajkrém natúr Félbarna kenyér Póréhagyma <u>Allergének:</u> 1,7 EN:166 ZS: 6,4 TZS: 3,9 FH: 3,6 SZH: 22,0 CK: 0,2 SÓ: 0,8	Soproni felvágott Delma light margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 164 ZS: 5,8 TZS: 2,1 FH: 5,1 SZH: 22,5 CK: 0,3 SÓ: 1,0	Lenmagos sajtkrém Kifli Hónapos retek <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 155 ZS: 2,5 TZS: 0,9 FH: 5,8 SZH: 25,8 CK: 1,3 SÓ: 1,0	Gépsonka Delma light margarin Félbarna kenyér Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 145 ZS: 3,4 TZS: 1,2 FH: 5,5 SZH: 22,7 CK: 0,6 SÓ: 1,1	Kefir Kifli <u>Allergének:</u> 1,6,7 EN: 201 ZS: 4,8 TZS: 2,7 FH: 8,6 SZH: 30,8 CK: 7,0 SÓ: 0,7		

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 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.