

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Kecskemét

Óvodás

2020. 03. 30.–2020. 04. 05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Barack extra dzsem Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:299 ZS: 5,6 TZS: 2,6 FH: 9,6 SZH:47,5 CK:22,3 SÓ: 1</p>	<p>Gyümölcs tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 201 ZS: 2,9 TZS: 1,7 FH: 8 SZH:33,8 CK: 7,5 SÓ: 0,7</p>	<p>Tejeskávé Kuglóf</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN: 315 ZS: 6,9 TZS: 3,9 FH:9,7 SZH:50 CK: 26,8 SÓ: 0,6</p>	<p>Tej Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Réphasáb</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 281 ZS: 8,1 TZS: 4,7 FH: 10,3 SZH:36,8 CK: 10 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcs tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 212 ZS: 4,6 TZS: 1,4 FH: 6,2 SZH: 33,4 CK: 7,6 SÓ: 0,8</p>		
---	---	--	---	---	--	--

EBÉD

<p>Lebbencsleves Csirkepörkölt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:470 ZS: 18 TZS: 3,5 FH: 17,6 SZH:55,6 CK:8,5 SÓ: 2,7</p>	<p>Sertés húsgombóc leves Gránátos kocka Cékla édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12</p> <p>EN: 461 ZS: 16,4 TZS: 3 FH: 16,2 SZH:61,9 CK: 4,9 SÓ: 1,7</p>	<p>Tojásleves Zöldborsós sertés ragu Petrezselymes rizs Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 469 ZS: 16,9 TZS: 2,4 FH:19,3 SZH:58,6 CK: 7,6 SÓ: 1,2</p>	<p>Csontleves Szárnys fasírt,vagdalt Kelkáposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 425 ZS: 12,8 TZS: 1,8 FH: 21,9 SZH:53 CK: 0,6 SÓ: 3,4</p>	<p>Brokkoli krémleves Pirított magvak Fűszeres paradicsomos csirkemell Kukoricás rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,11</p> <p>EN: 461 ZS: 17,3 TZS: 2,9 FH: 26,1 SZH: 49 CK: 3,9 SÓ: 0,6</p>		
--	--	--	---	--	--	--

UZSONNA

<p>Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:182 ZS: 4,1 TZS: 2,3 FH: 7,4 SZH:27 CK:1,3 SÓ: 0,9</p>	<p>Baromfi párizsi Margarin Zsemle Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 196 ZS: 4,6 TZS: 0,7 FH: 6,9 SZH:31 CK: 0,7 SÓ: 1,2</p>	<p>Trappista sajszelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 247 ZS: 10,4 TZS: 5,9 FH:10,9 SZH:26 CK: 0,4 SÓ: 1,8</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 170 ZS: 3 TZS: 0,8 FH: 7,2 SZH:25,8 CK: 0,4 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcs joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 250 ZS: 4,3 TZS: 2,5 FH: 7,5 SZH: 44 CK: 16,1 SÓ: 0,7</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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet 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

Óvodás

2020. 04. 06.–2020. 04. 12.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej
Méz
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN:307
ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 9,5
SZH:52,1 CK:26 SÓ: 1,1

Gyümölcsstea
Margarin
Főtt tojás
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,12

EN: 208
ZS: 4,6 TZS: 1,4 FH: 6
SZH:32,8 CK: 7,6 SÓ: 0,8

Gyümölcsstea
Magyaros vajkrém
Félbarna kenyér
Kígyóborka

Allergének:
1,7,12

EN: 204
ZS: 4,9 TZS: 2,7 FH:4,4
SZH:34,4 CK: 8 SÓ: 1,1

EBÉD

Tejfölös karfiolleves
Tarhonyás sertéshús
Csemege uborka édesítőszerrel

Allergének:
1,3,7,10

EN:471
ZS: 20,6 TZS: 5,6 FH: 19,3
SZH:50,1 CK:5 SÓ: 2,1

Fejtett bableves
Aranygaluska
Vaníliás öntet
Alma

Allergének:
1,3,6,7,8,9

EN: 648
ZS: 17 TZS: 5,2 FH: 15,6
SZH:106,2 CK: 39 SÓ: 0,8

Daragaluska leves
Szerpenyős burgonya virslivel
Cékla édesítőszerrel
Teljes kiőrlésű kenyér
Húsvéti desszert

Allergének:
1,3,6,7,9,10,12

EN: 494
ZS: 20,9 TZS: 7,1 FH:14,7
SZH:59,1 CK: 10,3 SÓ: 2,6

UZSONNA

Kenőmájas
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóborka

Allergének:
1,6,10

EN:193
ZS: 6,3 TZS: 0,2 FH: 6,4
SZH:25,9 CK:0,4 SÓ: 1

Margarin
Csirkemell sonka
Zöldpaprika
Zsemle

Allergének:
1

EN: 193
ZS: 2,9 TZS: 0,6 FH: 8
SZH:30,6 CK: 0,6 SÓ: 1

Sajtos stangli
Alma

Allergének:
1,6,7

EN: 337
ZS: 3,9 TZS: 2,4 FH:10,1
SZH:65 CK: 10,1 SÓ: 1

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

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Kecskemét

Óvodás

2020. 04. 13.–2020. 04. 19.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Gyümölcs tea
Körözött
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,7,12

EN: 201
ZS: 2,9
SZH: 33,8

TZS: 1,7 FH: 8
CK: 7,5 SÓ: 0,7

Gyümölcs tea
Csicseriborsó krém
Teljes kiőrlésű kenyér
Pritamin paprika

Allergének:
1,3,7,10,11,12

EN: 214
ZS: 3
SZH: 38

TZS: 0,9 FH: 6,3
CK: 7,7 SÓ: 0,8

Tej
Mogyorós krém
Félbarna kenyér

Allergének:
1,6,7,8

EN: 333
ZS: 9,4
SZH: 47,6

TZS: 5,1 FH: 10,1
CK: 21,2 SÓ: 1,1

Gyümölcs tea
Főtt tojás
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kigyóborka

Allergének:
1,3,12

EN: 210
ZS: 4,6
SZH: 33,2

TZS: 1,4 FH: 6,2
CK: 7,6 SÓ: 0,8

EBÉD

Reszelt tésztaleves
Húsgombóc
Parajmártás
Főtt burgonya
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 500
ZS: 19,9
SZH: 58,2

TZS: 4,7 FH: 18,3
CK: 5 SÓ: 0,6

Hamis gulyásleves
Makaróni tészta
Sajt sajtos tejfölös tésztához
Tejföl
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 536
ZS: 20,8
SZH: 63,9

TZS: 8,6 FH: 18,4
CK: 9,7 SÓ: 0,8

Paradicsomleves
Mexikói csirkemáj rizottó
Csalamádé édesítőszerrel

Allergének:
1,3,9,10,12

EN: 412
ZS: 13,3
SZH: 55,3

TZS: 2,2 FH: 17,6
CK: 15,3 SÓ: 1,5

Limonádé
Sajtos sonkás csirkecomb filé
Petrezselymes burgonya
Káposztasaláta
Félbarna kenyér

Allergének:
1,6,7,12

EN: 500
ZS: 14,7
SZH: 63,3

TZS: 3,5 FH: 25,1
CK: 15,5 SÓ: 1,1

UZSONNA

Zala felvágott
Margarin
Félbarna kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,6

EN: 197
ZS: 5,5
SZH: 27,8

TZS: 1,5 FH: 6,4
CK: 0,4 SÓ: 1,4

Baromfi párizsi
Margarin
Zsemle

Allergének:
1,6

EN: 192
ZS: 4,5
SZH: 30,2

TZS: 0,7 FH: 6,7
CK: 0,7 SÓ: 1,2

Reszelt sajt
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN: 249
ZS: 10,5
SZH: 26,2

TZS: 5,9 FH: 10,9
CK: 0,4 SÓ: 1,4

Túrós táska

Allergének:
1,3,7

EN: 200
ZS: 7,5
SZH: 22

TZS: 3,7 FH: 3,6
CK: 7,5 SÓ: 0,2

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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet 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

Kecskemét

Óvodás

2020. 04. 20.–2020. 04. 26.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Kuglóf	Gyümölcsstea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Kakaós tej Margarin Kifli	Tej Gabonagolyó	Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom		
<u>Allergének:</u> 1,3,6,7	<u>Allergének:</u> 1,7,12	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,3,12		
EN:269 ZS: 6,9 TZS: 3,9 FH: 9,6 SZH:38,7 CK:16,7 SÓ: 0,5	EN: 206 ZS: 2,9 TZS: 1,7 FH: 8,2 SZH:34,6 CK: 7,5 SÓ: 0,7	EN: 307 ZS: 6,1 TZS: 2,8 FH:10,6 SZH:48,4 CK: 22,3 SÓ: 0,9	EN: 178 ZS: 3,8 TZS: 2 FH: 7 SZH:25,4 CK: 16,4 SÓ: 0,3	EN: 212 ZS: 4,6 TZS: 1,4 FH: 6,2 SZH: 33,6 CK: 7,6 SÓ: 0,8		

EBÉD

Medvehagyma krémleves Pírtott magvak Kukoricás csirkeragu Párolt rizs	Magyaros gombaleves Szárnyas vagdalt Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Erőleves Panírozott halrudacska Csőben sült zöldségek Félbarna kenyér	Citromos kerti leves Sertés aprópecsenye Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma	Grillfűszeres csirkecomb filé Zöldséges bulgur Vegyes saláta Meggyes rétes		
<u>Allergének:</u> 1,7,11,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,6,7,10		
EN:555 ZS: 23,9 TZS: 3,5 FH: 21,8 SZH:61,2 CK:3,3 SÓ: 1,4	EN: 637 ZS: 29,2 TZS: 4,3 FH: 20,3 SZH:67,3 CK: 3,5 SÓ: 1,8	EN: 488 ZS: 18,8 TZS: 4,9 FH:21,7 SZH:55,7 CK: 2,8 SÓ: 2,2	EN: 570 ZS: 19,7 TZS: 5,4 FH: 24,5 SZH:65,4 CK: 8,5 SÓ: 1,6	EN: 632 ZS: 21,8 TZS: 6 FH: 24,5 SZH: 81,2 CK: 24,7 SÓ: 1,3		

UZSONNA

Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Csemege szalámi Margarin Zsemle	Zöldfűszeres sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle	Kockasajt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1,6,10	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7		
EN:194 ZS: 6,4 TZS: 0,2 FH: 6,5 SZH:26,2 CK:0,4 SÓ: 1	EN: 243 ZS: 9,5 TZS: 3,5 FH: 7,8 SZH:29,8 CK: 0,7 SÓ: 1,3	EN: 181 ZS: 4,2 TZS: 2,3 FH:7,5 SZH:26,8 CK: 1,3 SÓ: 0,9	EN: 172 ZS: 2,9 TZS: 0,8 FH: 7,3 SZH:26,8 CK: 0,4 SÓ: 1	EN: 233 ZS: 9,2 TZS: 5,6 FH: 8,2 SZH: 28,4 CK: 2,6 SÓ: 1,4		

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

Óvodás

2020. 04. 27.–2020. 05. 03.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej
Sárgabarack extra dzsem
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN:299
ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 9,5
SZH:48,4 CK:22,3 SÓ: 1,1

Gyümölcsstea
Körözött
Zsemle
Paradicsom

Allergének:
1,7,12

EN: 234
ZS: 4,1 TZS: 2,3 FH: 8,1
SZH:39,1 CK: 8,5 SÓ: 1

Gyümölcsstea
Főtt tojás
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,3,12

EN: 212
ZS: 4,6 TZS: 1,4 FH:6,2
SZH:33,4 CK: 7,6 SÓ: 0,8

Tej
Sajtos pogácsa

Allergének:
1,3,7,12

EN: 274
ZS: 9,5 TZS: 5,2 FH: 9,6
SZH:33,2 CK: 10 SÓ: 1,1

EBÉD

Zöldborsóleves
Lecsós virsli
Párolt rizs

Allergének:
1,3,6

EN:504
ZS: 20,4 TZS: 4,2 FH: 14
SZH:66,2 CK:10,8 SÓ: 2,2

Vajas galuska leves
Fűszeres csirke csíkok
Kelkáposzta főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 504
ZS: 20,3 TZS: 4 FH: 21,7
SZH:59,7 CK: 0,8 SÓ: 2,5

Tejfőlés burgonyaleves
Szárnyas paella
Reszelt sajt
Csemege uborka édesítőszerrel
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,10,12

EN: 559
ZS: 19,2 TZS: 6,4 FH:25,8
SZH:66,4 CK: 2 SÓ: 3

Lencsegulyás sertéshússal
Dejósórat
Metélt
Alma

Allergének:
1,3,9

EN: 672
ZS: 21,5 TZS: 4,1 FH: 26,6
SZH:91,7 CK: 27,8 SÓ: 0,2

UZSONNA

Húspástétom
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóborka

Allergének:
1

EN:171
ZS: 3,5 TZS: 1,4 FH: 5,7
SZH:27,5 CK:1,6 SÓ: 1,1

Zala felvágott
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,6

EN: 193
ZS: 5,4 TZS: 1,5 FH: 6,2
SZH:27,2 CK: 0,4 SÓ: 1,4

Sajtkrém
Kifli

Allergének:
1,7

EN: 184
ZS: 4,4 TZS: 2,4 FH:7,8
SZH:27,4 CK: 2 SÓ: 0,8

Gépsonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóborka

Allergének:
1,6

EN: 169
ZS: 3,8 TZS: 1,1 FH: 7
SZH:26,6 CK: 0,5 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. Rákkfélék; 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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet 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.

