

SZEKSZÁRD

Bölcsőde

2020.03.02. – 2020.03.08.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

<p>Vanília tej Margarin Kakaós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN:349 ZS: 11,2 TZS: 3,9 FH: 8,9 SZH:52,8 CK:30,8 SÓ:0,6</p>	<p>Tej Körözött Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 218 ZS: 6,2 TZS: 4,4 FH: 10,2 SZH: 30,1 CK: 8,4 SÓ: 0,8</p>	<p>Tej Sajtkrém Zsemle Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7, 8, 12</p> <p>EN: 203 ZS: 6,8 TZS: 4,9 FH: 8,4 SZH: 26,7 CK: 9,3 SÓ: 0,9</p>	<p>Tej Extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 227 ZS: 6,6 TZS: 3,9 FH: 7,4 SZH: 34,3 CK: 12,8 SÓ: 0,7</p>	<p>Tej Tojás karika Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7</p> <p>EN: 241 ZS: 9,6 TZS: 4,9 FH: 11,1 SZH: 25,3 CK: 7,3 SÓ: 0,8</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
---	--	---	---	--	---	---

TÍZÓRAI

<p>Limonádé</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 68 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,1 SZH: 16,5 CK: 16,5 SÓ: 0</p>	<p>Narancs</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 31 ZS: 1,1 TZS: 0 FH: 0,5 SZH: 6,4 CK: 6,8 SÓ: 0</p>	<p>Körte</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 26 ZS: 0,1 TZS: 0 FH: 0,2 SZH: 6 CK: 1,4 SÓ: 0</p>	<p>Gyümölcs tea</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 21 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0 SZH: 5,1 CK: 5,1 SÓ: 0</p>	<p>Mandarin</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 68 ZS: 1,2 TZS: 0 FH: 1,1 SZH: 14,7 CK: 0 SÓ: 0</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
---	--	--	---	--	---	---

EBÉD

<p>Sertésrizottó Céklasaláta Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 10</p> <p>EN: 365 ZS: 8,8 TZS: 2,1 FH: 16,7 SZH: 52,3 CK: 6,4 SÓ: 1,2</p>	<p>Fűszeres csirkecsíkok Paradicsomos káposztafőzelék Banán</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 10</p> <p>EN: 426 ZS: 8,4 TZS: 0,6 FH: 16 SZH: 67,7 CK: 55,4 SÓ: 1,4</p>	<p>Palócleves szárnyashúsból Almás pite</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 12</p> <p>EN: 428 ZS: 10,2 TZS: 2,4 FH: 14,8 SZH: 66,5 CK: 30,5 SÓ: 1,7</p>	<p>Vagdalt pogácsa szárnyas húsból Kerti főzelék Banán</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7</p> <p>EN: 470 ZS: 8,2 TZS: 1,2 FH: 18,9 SZH: 73,9 CK: 40 SÓ: 1</p>	<p>Grill csirkemell Sütőtökös burgonyapüré Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 7, 10, 12</p> <p>EN: 303 ZS: 6,9 TZS: 2,3 FH: 17,7 SZH: 38 CK: 7,8 SÓ: 1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
--	---	--	--	--	---	---

UZSONNA

<p>Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 120 ZS: 2,6 TZS: 1,3 FH: 4,4 SZH: 19,8 CK: 0,5 SÓ: 0,6</p>	<p>Edami sajt szelet Margarin Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 166 ZS: 8 TZS: 1 FH: 7,3 SZH: 15,2 CK: 1,1 SÓ: 0,3</p>	<p>Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 142 ZS: 3,9 TZS: 1,3 FH: 6,8 SZH: 20 CK: 0,7 SÓ: 1,1</p>	<p>Sajtos párizsi Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 156 ZS: 6,5 TZS: 2,2 FH: 5,5 SZH: 18,9 CK: 1,2 SÓ: 1</p>	<p>Gyümölcs joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 182 ZS: 3 TZS: 1,8 FH: 5,2 SZH: 30,6 CK: 15,8 SÓ: 0,3</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</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. 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 magyarzata: 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.

SZEKSZÁRD

Bölcsőde

2020.03.09. – 2020.03.15.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

<p>Tej Margarin Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7</p> <p>EN: 281 ZS: 10,1 TZS: 5,3 FH: 8,4 SZH: 38,3 CK: 13,5 SÓ: 0,6</p>	<p>Tej Pritaminos sajtkrém Szezámagos zsemle Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7, 8, 11, 12</p> <p>EN: 210 ZS: 7,6 TZS: 5,3 FH: 9,2 SZH: 26,2 CK: 9,2 SÓ: 0,9</p>	<p>Tej Lenmagos tojáskrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 5, 7, 8, 10, 11, 12</p> <p>EN: 223 ZS: 8,1 TZS: 5,3 FH: 10,3 SZH: 26,3 CK: 7,6 SÓ: 0,7</p>	<p>Tej Gabonapehely</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 5, 6, 7, 8, 11</p> <p>EN: 162 ZS: 5,1 TZS: 3,3 FH: 5,6 SZH: 23,2 CK: 14,2 SÓ: 0,2</p>	<p>Tej Házi húspástétom sertéshúsból Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7, 10</p> <p>EN: 271 ZS: 12,1 TZS: 6 FH: 12 SZH: 28,3 CK: 7,6 SÓ: 0,8</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
---	--	---	--	--	---	---

TÍZÓRAI

<p>Gyümölcsle 100 %-os</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 68 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0 SZH: 16,5 CK: 16,5 SÓ: 0</p>	<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 16 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,2 SZH: 3,5 CK: 3,5 SÓ: 0</p>	<p>Körte</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 26 ZS: 0,1 TZS: 0 FH: 0,2 SZH: 6 CK: 1,4 SÓ: 0</p>	<p>Gyümölcs tea</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 21 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0 SZH: 5,1 CK: 5,1 SÓ: 0</p>	<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 16 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,2 SZH: 3,5 CK: 3,5 SÓ: 0</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
--	---	--	---	---	---	---

EBÉD

<p>Párolt sertéshús Besemesel zöldségtál Banán</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7, 10, 12</p> <p>EN: 378 ZS: 10,2 TZS: 3,9 FH: 16,3 SZH: 52,7 CK: 32,2 SÓ: 1,4</p>	<p>Szárnyas aprópecsenye Tökfőzelék Körte</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 376 ZS: 23 TZS: 1,2 FH: 15,4 SZH: 23,3 CK: 8,1 SÓ: 1,5</p>	<p>Tejfőlés zellerleves Lasagne Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9</p> <p>EN: 526 ZS: 19,2 TZS: 8 FH: 25,6 SZH: 59,1 CK: 10,3 SÓ: 1,7</p>	<p>Fűszeres pulykacskók Finomfőzelék Banán</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7, 10</p> <p>EN: 472 ZS: 18,2 TZS: 1,3 FH: 16,4 SZH: 56,7 CK: 38,9 SÓ: 2,5</p>	<p>Halpogácsa Snidlinges burgonya Céklasaláta Narancs</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 4, 10, 12</p> <p>EN: 383 ZS: 9 TZS: 0,4 FH: 15,7 SZH: 63,6 CK: 11,5 SÓ: 2,3</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
--	--	--	--	---	---	---

UZSONNA

<p>Házi szárnyas májpástétom Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 10</p> <p>EN: 151 ZS: 3,4 TZS: 1,1 FH: 8,4 SZH: 21,9 CK: 1,4 SÓ: 0,8</p>	<p>Virsli Teljes kiőrlésű kenyér Ketchup</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 198 ZS: 7,7 TZS: 2,1 FH: 7,4 SZH: 25 CK: 4,4 SÓ: 1,6</p>	<p>Vaj Teljes kiőrlésű kenyér Savanyú káposzta</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 174 ZS: 8,6 TZS: 5,8 FH: 4 SZH: 19,8 CK: 0,7 SÓ: 0,9</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 145 ZS: 3,5 TZS: 0,9 FH: 7,3 SZH: 20,6 CK: 0,2 SÓ: 1,1</p>	<p>Kefir Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 135 ZS: 2,8 TZS: 1,6 FH: 6,3 SZH: 20,5 CK: 6,6 SÓ: 0,4</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</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. 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.

SZEKSZÁRD

Bölcsőde

2020.03.16. – 2020.03.22.

REGGELI
TÍZÓRAI
EBÉD
UZZONNA

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
REGGELI	Tej Mogyoróskrém Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1, 5, 6, 7 EN: 237 ZS: 7,6 TZS: 5 FH: 7,7 SZH: 34,5 CK: 13,2 SÓ: 0,7	Tej Tejfőlés túró Zsemle Póréhagyma <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 220 ZS: 7 TZS: 5 FH: 11,4 SZH: 26,2 CK: 9,1 SÓ: 0,7	Tej Házi halkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom <u>Allergének:</u> 1, 4, 7, 8, 12 EN: 211 ZS: 7,1 TZS: 4,6 FH: 9,4 SZH: 27,7 CK: 8,2 SÓ: 0,7	Tejes kávé Margarin Fonott kalács <u>Allergének:</u> 1, 3, 7 EN: 187 ZS: 7,1 TZS: 5,5 FH: 5,4 SZH: 53 CK: 18,6 SÓ: 0,3	Tej Zöldségkrém Teljes kiőrlésű zsemle <u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 10 EN: 225 ZS: 7,7 TZS: 3,5 FH: 8,9 SZH: 27,1 CK: 8,7 SÓ: 1,2	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
TÍZÓRAI	Limonádé <u>Allergének:</u> EN: 68 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,1 SZH: 16,5 CK: 16,5 SÓ: 0	Mandarin <u>Allergének:</u> EN: 68 ZS: 1,2 TZS: 0 FH: 1,1 SZH: 14,7 CK: 0 SÓ: 0	Körte <u>Allergének:</u> EN: 26 ZS: 0,1 TZS: 0 FH: 0,2 SZH: 6 CK: 1,4 SÓ: 0	Paradicsomos ivólé <u>Allergének:</u> EN: 82 ZS: 0,3 TZS: 0 FH: 1,3 SZH: 18 CK: 15,5 SÓ: 0,2	Kivi <u>Allergének:</u> EN: 42 ZS: 0,5 TZS: 0 FH: 0,8 SZH: 9 CK: 9 SÓ: 0	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
EBÉD	Egyiptomi rakott bulgur szárnyashússal Alma <u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11 EN: 405 ZS: 19,1 TZS: 2 FH: 18,2 SZH: 36,3 CK: 10,8 SÓ: 1	Főtt tojás Parajmártás Főtt burgonya Banán <u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 12 EN: 355 ZS: 6,1 TZS: 1,8 FH: 9,8 SZH: 60,4 CK: 34,5 SÓ: 1,2	Márgombóc leves Gyümölcsös kukoricalepény <u>Allergének:</u> 1, 3, 9 EN: 549 ZS: 16,4 TZS: 6 FH: 18,9 SZH: 77 CK: 45,7 SÓ: 0,6	Sertés aprópecsenye Sárgarépafozélék Banán <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 397 ZS: 9 TZS: 2,5 FH: 17 SZH: 58,7 CK: 42,7 SÓ: 1,1	Temesvári szárnyastokány Petrezselymes rizs <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 412 ZS: 14,6 TZS: 2,3 FH: 19,2 SZH: 48,3 CK: 1,1 SÓ: 0,9	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: SZH:
UZZONNA	Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű kifli Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 84 ZS: 3,4 TZS: 2,1 FH: 2,6 SZH: 13,2 CK: 2,3 SÓ: 0,4	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1 EN: 158 ZS: 6,2 TZS: 2 FH: 6,3 SZH: 19,6 CK: 0,4 SÓ: 1	Sajt szelet Margarin Zsemle <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 165 ZS: 6,8 TZS: 3,7 FH: 8,3 SZH: 17,9 CK: 0,2 SÓ: 1	Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1 EN: 145 ZS: 3,9 TZS: 1,3 FH: 7 SZH: 20,7 CK: 1,1 SÓ: 1,1	Túró Rudi Alma <u>Allergének:</u> 5, 6, 7, 8 EN: 122 ZS: 5,5 TZS: 0 FH: 4,6 SZH: 12,8 CK: 12 SÓ: 0	<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 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.

SZEKSZÁRD

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, 8, 12</p> <p>EN: 256 ZS: 6,5 TZS: 4,8 FH: 8,3 SZH: 40,5 CK: 22,4 SÓ: 0,7</p>	<p>Tej Méz Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 230 ZS: 6,8 TZS: 3,9 FH: 8,1 SZH: 34,4 CK: 15,5 SÓ: 0,7</p>	<p>Tej Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 10</p> <p>EN: 233 ZS: 8,8 TZS: 3,8 FH: 8,7 SZH: 29,4 CK: 8,2 SÓ: 1,3</p>	<p>Tej Margarin Fatörzs kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7</p> <p>EN: 181 ZS: 8,1 TZS: 3,9 FH: 7,2 SZH: 19,4 CK: 7,2 SÓ: 0,5</p>	<p>Tej Szezámagos tojáskrém Teljes kiőrlésű zsemle Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 8, 10, 11, 12</p> <p>EN: 240 ZS: 9,3 TZS: 5,3 FH: 10,7 SZH: 26,2 CK: 8,2 SÓ: 0,8</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
---	--	---	--	---	---	---

TÍZÓRAI

<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 16 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,2 SZH: 3,5 CK: 3,5 SÓ: 0</p>	<p>Körte</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 26 ZS: 0,1 TZS: 0 FH: 0,2 SZH: 6 CK: 1,4 SÓ: 0</p>	<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 16 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,2 SZH: 3,5 CK: 3,5 SÓ: 0</p>	<p>Limonádé</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 68 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,1 SZH: 16,5 CK: 16,5 SÓ: 0</p>	<p>Alma</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 16 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0,2 SZH: 3,5 CK: 3,5 SÓ: 0</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
---	--	---	---	---	---	---

EBÉD

<p>Párolt csirkemell Gyümölcsmártás Pirított búzadara</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7, 10</p> <p>EN: 379 ZS: 10,4 TZS: 0,9 FH: 16,9 SZH: 51,9 CK: 22 SÓ: 2,2</p>	<p>Fűszeres csirkescsók Zöldborsófőzelék Banán</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7, 10</p> <p>EN: 407 ZS: 10,2 TZS: 0,5 FH: 19,9 SZH: 55,7 CK: 40,9 SÓ: 1,5</p>	<p>Tárkonyos pulykaragu leves Túrós tészta Porcukor szórát Kivi</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9</p> <p>EN: 533 ZS: 14,2 TZS: 5,5 FH: 24,2 SZH: 74,4 CK: 29,1 SÓ: 1,5</p>	<p>Hajdinas húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya Banán</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 9, 12</p> <p>EN: 545 ZS: 13,8 TZS: 3,9 FH: 15 SZH: 84,9 CK: 52,4 SÓ: 2,1</p>	<p>Rántott halrúd Burgonyapüré Narancs</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 3, 4, 7, 10, 12</p> <p>EN: 432 ZS: 17,8 TZS: 2,4 FH: 13 SZH: 51,8 CK: 8,3 SÓ: 1,2</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
---	--	---	---	---	---	---

UZSONNA

<p>Házi szárnyas májpástétom Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 10</p> <p>EN: 150 ZS: 3,3 TZS: 1,1 FH: 8,4 SZH: 21,6 CK: 0,4 SÓ: 0,8</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Szezámagos zsemle Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 11</p> <p>EN: 136 ZS: 3,3 TZS: 0,9 FH: 7,2 SZH: 18,6 CK: 0 SÓ: 1</p>	<p>Reszelt sajt Margarin Zsemle Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 176 ZS: 7 TZS: 3,7 FH: 8,9 SZH: 19,7 CK: 1,2 SÓ: 1</p>	<p>Párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 162 ZS: 6,6 TZS: 2,2 FH: 6 SZH: 20,3 CK: 0,6 SÓ: 1</p>	<p>Kocka sajt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1, 7</p> <p>EN: 113 ZS: 3,5 TZS: 2,2 FH: 3,4 SZH: 16,6 CK: 2 SÓ: 0,4</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 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.

SZEKSZÁRD
Bölcsőde
2020.03.30. – 2020.04.05.
hétfő
kedd
szerda
csütörtök
péntek
szombat
vasárnap
REGGELI

Tej Extra dzsem Margarin Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 227 ZS: 6,6 TZS: 3,9 FH: 7,4 SZH: 34,3 CK: 12,8 SÓ: 0,7	Tej Párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 246 ZS: 10,8 TZS: 5,5 FH: 10,3 SZH: 27,5 CK: 7,8 SÓ: 1,1	Tejeskávé Margarin Kakaós kalács <u>Allergének:</u> 1, 3, 6, 7, 8, 11 EN: 326 ZS: 11,2 TZS: 3 FH: 9 SZH: 46,9 CK: 23,9 SÓ: 0,6	Tej Vajkrém Kifli Sárgarépa karika <u>Allergének:</u> 1, 7, 8, 12 EN: 194 ZS: 7 TZS: 5 FH: 7,3 SZH: 24,9 CK: 9,9 SÓ: 0,5	Tej Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1, 3, 7 EN: 238 ZS: 9,6 TZS: 4,9 FH: 10,7 SZH: 24,8 CK: 8,3 SÓ: 0,7	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
--	--	---	--	--	---	---

TÍZÓRAI

Gyümölcs tea <u>Allergének:</u> EN: 21 ZS: 0 TZS: 0 FH: 0 SZH: 5,1 CK: 5,1 SÓ: 0	Körte <u>Allergének:</u> EN: 26 ZS: 0,1 TZS: 0 FH: 0,2 SZH: 6 CK: 1,4 SÓ: 0	Paradicsomos ivólé <u>Allergének:</u> EN: 82 ZS: 0,3 TZS: 0 FH: 1,3 SZH: 18 CK: 15,5 SÓ: 0,2	Körte <u>Allergének:</u> EN: 26 ZS: 0,1 TZS: 0 FH: 0,2 SZH: 6 CK: 1,4 SÓ: 0	Kivi <u>Allergének:</u> EN: 42 ZS: 0,5 TZS: 0 FH: 0,8 SZH: 9 CK: 9 SÓ: 0	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
--	---	--	---	--	---	---

EBÉD

Sertéshúsos rakott karfiol árpagyönggyel Alma <u>Allergének:</u> 1, 5, 6, 7, 8, 11 EN: 436 ZS: 26,8 TZS: 7 FH: 15,6 SZH: 29,2 CK: 8,1 SÓ: 1,2	Grill csirkemell Sütőtökfőzelék Banán <u>Allergének:</u> 1, 7, 10 EN: 402 ZS: 5,8 TZS: 1,2 FH: 18,4 SZH: 64,9 CK: 49,5 SÓ: 1	Gulyásleves sertéshúsból Rizsfelfújt Csokoládés öntet Alma <u>Allergének:</u> 1, 3, 7, 9, 12 EN: 503 ZS: 13,4 TZS: 6,3 FH: 22,5 SZH: 70,2 CK: 51,1 SÓ: 2,1	Párolt csirkemell filé Zellerfőzelék Banán <u>Allergének:</u> 1, 7, 9, 10 EN: 442 ZS: 20,7 TZS: 0,8 FH: 16,3 SZH: 41,8 CK: 34,9 SÓ: 1,9	Almás vagdalt sertéshúsból Petrezselymes bulgur Párolt zöldség Narancs <u>Allergének:</u> 1, 3 EN: 486 ZS: 16,9 TZS: 4,6 FH: 16,9 SZH: 64,5 CK: 14,2 SÓ: 1,4	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
--	---	--	--	--	---	---

UZSONNA

Sajtkrém Kifli Kaliforniai paprika <u>Allergének:</u> 1, 7, 8, 12 EN: 116 ZS: 3,3 TZS: 1,9 FH: 3,5 SZH: 17,6 CK: 3,6 SÓ: 0,6	Házi meggyes túrókrém Zsemle <u>Allergének:</u> 1, 7, 12 EN: 134 ZS: 1,7 TZS: 1 FH: 6,7 SZH: 22,4 CK: 4,4 SÓ: 0,5	Edami sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: 188 ZS: 7,9 TZS: 0,6 FH: 9,2 SZH: 19,8 CK: 0,3 SÓ: 0,6	Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1 EN: 138 ZS: 3,5 TZS: 0,9 FH: 6,7 SZH: 19,5 CK: 0,2 SÓ: 1,1	Gyümölcs joghurt Kifli <u>Allergének:</u> 1, 7 EN: ZS: 3 TZS: 1,8 FH: 5,2 SZH: 30,6 CK: 15,8 SÓ: 0,3	<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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek.
 Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj vizsgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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.