

Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2024.06.03.–2024.06.09.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD A

Zöldségleves
Sült virsli
Magyaros burgonyafőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,12

EN:484
ZS:20,1 TZS:6,6 FH:16,5
SZH:54,5 CK:2,7 SÓ:2,51

Tarhonyaleves
Rakott karfiol
Teljes kiőrlésű kenyér
Túró desszert

Allergének:
1,6,7,12

EN:664
ZS:31,4 TZS:11,8 FH:22,9
SZH:67,8 CK:13,5 SÓ:1,12

Paradicsomleves
Rántott csirkemell
Zöldséges bulgur
Vitaminasaláta

Allergének:
1,3,9,12

EN:836
ZS:16,4 TZS:2,2 FH:40,3
SZH:123,8 CK:30,2 SÓ:1,36

Zellerkrémleves
Pírított zsemlekocka
Lecsős sertésragu
Párolt rizs

Allergének:
1,7,9,12

EN:688
ZS:28,1 TZS:8,7 FH:24,2
SZH:81,7 CK:8,1 SÓ:1,77

Bableves
Sajtos-tejfölös tészta
Alma

Allergének:
1,7,9

EN:728
ZS:28,3 TZS:11,8 FH:29
SZH:87 CK:15,5 SÓ:1,17

EBÉD B

Zöldségleves
Reszelt sertésmáj
Párolt rizs
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,12

EN:620
ZS:19,2 TZS:4,8 FH:30,6
SZH:79,1 CK:12,8 SÓ:1,45

Tarhonyaleves
Borsos sertéstokány
Galuska
Csemegeuborka
Túró desszert

Allergének:
1,3,6,7,10,12

EN:804
ZS:32,7 TZS:12,3 FH:29
SZH:94,6 CK:14,4 SÓ:2,43

Paradicsomleves
Húsos rakott penne

Allergének:
1,3,7,9

EN:655
ZS:28,1 TZS:8,1 FH:25,2
SZH:73,6 CK:24,7 SÓ:0,51

Zellerkrémleves
Pírított zsemlekocka
Grillfűszeres csirkemell
Burgonyapüré
Uborkasaláta

Allergének:
1,7,9,10,12

EN:544
ZS:13,3 TZS:4,1 FH:35,4
SZH:64,1 CK:8,2 SÓ:1,82

Bableves
Házi kakaós kalács
Alma

Allergének:
1,3,7,9

EN:826
ZS:24 TZS:4,2 FH:21,7
SZH:135,6 CK:44,6 SÓ:0,52

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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. 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 kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2024.06.10.–2024.06.16.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
EBÉD A	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>
	<p>Húsleves Főtt sertésszelet Gyümölcsmártás Pirított dara</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:610 ZS: 17 TZS: 10,4 FH: 27 SHH:83,9 CK:28,4 SÓ: 1,04</p>	<p>Köménymaglevés Levesgyöngy Dino szelet Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Őszibarack</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 617 ZS: 19,8 TZS: 4,5 FH: 20,3 SHH: 89 CK: 27,7 SÓ: 1,58</p>	<p>Eperkrémleves Zöldséges rizseshús Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 697 ZS: 24,5 TZS: 6,5 FH: 21,6 SHH: 97 CK: 33 SÓ: 1,59</p>	<p>Frankfurti leves Túrós derelye Porcukor szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 787 ZS: 22,6 TZS: 6,4 FH: 22,2 SHH: 122,5 CK: 23 SÓ:3,17</p>	<p>Újhagymás burgonyakrémleves Vegetáriánus bolognai spagetti Sajt szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,9,12</p> <p>EN: 671 ZS: 18,8 TZS: 6,8 FH: 32,5 SHH: 87,9 CK: 15,3 SÓ: 1,06</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>
EBÉD B	<p>Húsleves Tonhalas penne Sajt szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,6,7,12</p> <p>EN:620 ZS: 17,9 TZS: 5,8 FH: 38,2 SHH:76,2 CK:9,7 SÓ: 2,07</p>	<p>Köménymaglevés Levesgyöngy Pritaminos csirkevagdalt Párolt rizs Csalamádé Őszibarack</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 680 ZS: 24,9 TZS: 4,5 FH: 23,8 SHH: 87,9 CK: 15,4 SÓ: 2,43</p>	<p>Eperkrémleves Rakott burgonya Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,10,12</p> <p>EN: 689 ZS: 26,1 TZS: 10,9 FH: 19,1 SHH: 78,4 CK: 33,4 SÓ: 2,74</p>	<p>Frankfurti leves Sajtos pizza</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 497 ZS: 21,7 TZS: 8,4 FH: 17,4 SHH: 56,2 CK: 8,4 SÓ:1,63</p>	<p>Újhagymás burgonyakrémleves Rántott karfiol Petrezselymes rizs Remoulade mártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 776 ZS: 28,5 TZS: 5,7 FH: 17 SHH: 110,5 CK: 10 SÓ: 2,4</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>
	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SHH: CK: SÓ:</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. 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 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), SHH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag) *A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÚSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2024.06.17.–2024.06.23.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD A

Zöldségkrémleves
Pirított zsemlekocka
Sertéspörkölt
Szarvacska tészta
Cékla savanyúság

Allergének:
1,7,9,10

EN:680
ZS:24,8 TZS:7 FH:28,6
SZH:84,5 CK:12,7 SÓ:1,96

Kertészleves
Paradicsomos húsgombóc
Főtt burgonya
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,9,12

EN:605
ZS:20,3 TZS:5 FH:20,7
SZH:80,8 CK:26,3 SÓ:1,65

Almás szilvakerémleves
Zöldséges csirkevagdalt
Párolt rizs
Amerikai káposztasaláta

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:745
ZS:21,8 TZS:3,7 FH:23,7
SZH:111,3 CK:37,1 SÓ:2

Daragaluska leves
Füstölt főtt húskockák
Sárgaborsó főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér
Alma

Allergének:
1,3,9,12

EN:587
ZS:18,7 TZS:4,1 FH:31,5
SZH:73,1 CK:11,6 SÓ:3,26

Hamisgulyás
Aranygaluska
Vaníliás öntet

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:879
ZS:21,9 TZS:3,8 FH:22,2
SZH:142,9 CK:47,1 SÓ:0,61

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:

EBÉD B

Zöldségkrémleves
Pirított zsemlekocka
Gyros csirkecsikok
Friss saláta
Pirított burgonya
Joghurt öntet

Allergének:
1,7,9,12

EN:755
ZS:39,4 TZS:6 FH:29
SZH:64 CK:5,9 SÓ:1,22

Kertészleves
Tejfőlös sertészszelet
Pritaminos rizs

Allergének:
1,7,12

EN:531
ZS:21,8 TZS:7,8 FH:31,3
SZH:51,7 CK:3,8 SÓ:1,06

Almás szilvakerémleves
Paprikás burgonya virslivel
Cékla savanyúság

Allergének:
1,7,10,12

EN:556
ZS:18 TZS:7,8 FH:15,9
SZH:77,7 CK:33,8 SÓ:3,44

Daragaluska leves
Panírozott parajos halfilé
Petrezselymes bulgur
Vajás karotta
Alma

Allergének:
1,3,4,7,9,12

EN:729
ZS:22,7 TZS:2,9 FH:23,3
SZH:98,9 CK:12,3 SÓ:2,36

Hamisgulyás
Káposztás tészta

Allergének:
1,3,9,12

EN:542
ZS:11 TZS:1,3 FH:14,7
SZH:93 CK:25,5 SÓ:0,44

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:

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 elnézsedet 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2024.06.24.–2024.06.30.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

EBÉD A	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	
	NYÁRI SZÜNET	NYÁRI SZÜNET	NYÁRI SZÜNET	NYÁRI SZÜNET	NYÁRI SZÜNET	NYÁRI SZÜNET	
	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:0 ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>
	NYÁRI SZÜNET	NYÁRI SZÜNET	NYÁRI SZÜNET	NYÁRI SZÜNET	NYÁRI SZÜNET	NYÁRI SZÜNET	NYÁRI SZÜNET
<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:0 ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: 0 ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	
<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>	

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyezéssel 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 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.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.