



ÉTLAP

Bakony Gaszt

Felnőtt

2026.05.04.–2026.05.08.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

Almalé 100%-os
Zöldborsós csirkeragu (1)
Párolt rizs
Csalamádé (10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,10,12

EN:746

ZS:18,5

TZS:3,5

FH:27,4

SZH:109,7

CK:26,2

SÓ:3,03

Zöldségleves fridattoval (1,3,7,9,12)
Sertés fasírtgolyó
Gyöngybabfőzelék (1,7)
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:787

ZS:25,4

TZS:6,6

FH:39,3

SZH:84,9

CK:12,5

SÓ:2,33

Gulyásleves (1,3,9,12)
Darásmetélt (1)
Eperöntet (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9,12

EN:813

ZS:21,1

TZS:3,9

FH:24

SZH:128,7

CK:25,7

SÓ:0,59

Köménymagles (1)
Pirított zsemlekocka (1)
Főtt tojás (3)
Parajmártás (1,7)
Főtt burgonya (12)
Gesztenyerúd
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,12

EN:619

ZS:23,1

TZS:7,2

FH:24,1

SZH:66,5

CK:10,6

SÓ:1,03

Paradicsomleves (1,3,9)
Kukorica morzsás csirkemell csik (1)
Rizibizi
Házi vegyes saláta
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9

EN:989

ZS:28,8

TZS:3,8

FH:38,7

SZH:139,5

CK:39,2

SÓ:2,9

EBÉD B

Almalé 100%-os
Sertésbrassói (12)
Csalamádé (10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,10,12

EN:777

ZS:27,9

TZS:8,6

FH:22

SZH:99,6

CK:25,3

SÓ:2,65

Zöldségleves fridattoval (1,3,7,9,12)
Rakott kelkáposzta (1,7)
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:561

ZS:22,7

TZS:5,6

FH:26,9

SZH:63

CK:18,1

SÓ:1,37

Gulyásleves (1,3,9,12)
Tejberizs (7)
Fahéjas porcukor
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:652

ZS:16,9

TZS:7,9

FH:20,5

SZH:103,4

CK:46,7

SÓ:0,85

Köménymagles (1)
Pirított zsemlekocka (1)
Rántott gomba (1,3)
Petrezselymes bulgur (1)
Tartármártás (3,7,10)
Gesztenyerúd
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,10

EN:1106

ZS:50,5

TZS:10,5

FH:23,7

SZH:127,5

CK:16,7

SÓ:2,12

Paradicsomleves (1,3,9)
Páztortarhonya (1,12)
Házi vegyes saláta
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9,12

EN:880

ZS:28,7

TZS:7

FH:27,4

SZH:118,3

CK:41,3

SÓ:1,67

EBÉD C

Almalé 100%-os
Bazsalikomós paradicsommártás
Spagetti (1)
Sajt szórat (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:716

ZS:20,1

TZS:7,1

FH:21,4

SZH:109,3

CK:37

SÓ:1,21

Zöldségleves fridattoval (1,3,7,9,12)
Sajtkrémös zöldségragu (1,7)
Kuskusz (1)
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:711

ZS:18,8

TZS:4,4

FH:23,2

SZH:110,6

CK:17,9

SÓ:1,67

Gulyásleves (1,3,9,12)
Francia lecsó
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9,12

EN:297

ZS:11,4

TZS:2,8

FH:12

SZH:32,6

CK:6,8

SÓ:0,62

Köménymagles (1)
Pirított zsemlekocka (1)
Csőben sült zöldségek (1,7)
Gesztenyerúd
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:536

ZS:22,2

TZS:9,7

FH:17,1

SZH:62,5

CK:13,8

SÓ:1,54

Paradicsomleves (1,3,9)
Túrós cicinka (1,3,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9

EN:817

ZS:22

TZS:8

FH:27,2

SZH:108,4

CK:52,7

SÓ:1,56

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel 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 a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A 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).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.
**TUDJ MEG TÖBBET
A HETI EGY HÚS-
MENTES EBÉDRŐL!**



Bakony Gaszt

Felnőtt

2026.05.11.–2026.05.15.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

BrokkolikréMLEVES (1,7,12)
Pirított tökMAG
PincePÖRKÖLT (12)
Csalamádé (10,12)
Teljes kiőRLÉSŰ kenyér (1)

Allergének:
1,7,10,12

EN:776

ZS:33,6

TZS:8,1

FH:34,5

SZH:73,1

CK:4,9

SÓ:2,69

Bableves (1,3,9)
Paradicsomos tonhalas ragu (4)
Orsó tészta (1)
Sajt szórát (7)
Teljes kiőRLÉSŰ kenyér (1)

Allergének:
1,3,4,7,9

EN:1021

ZS:34,5

TZS:8,3

FH:51,1

SZH:122,5

CK:9,8

SÓ:2,35

TejfőLős burgonyaleves (1,7,9,12)
TúrótöltelÉkes gombóc (1,7)
Porcukor szórát
Alma
Teljes kiőRLÉSŰ kenyér (1)

Allergének:
1,7,9,12

EN:974

ZS:20,2

TZS:4,5

FH:23,2

SZH:169,5

CK:37,9

SÓ:2,18

Tojásleves (1,3)
Paradicsomos húsos káposzta (1)
Teljes kiőRLÉSŰ kenyér (1)

Allergének:
1,3

EN:450

ZS:24

TZS:5

FH:16,9

SZH:37,8

CK:18,1

SÓ:0,61

Kukorica galuska leves (3,9)
Natúr sertésszelet karajból
Sajtmártás (7,12)
Petrezselymes rizs

Allergének:
3,7,9,12

EN:856

ZS:32

TZS:5,3

FH:31,4

SZH:103,6

CK:6,7

SÓ:2,66

EBÉD B

BrokkolikréMLEVES (1,7,12)
Pirított tökMAG
Édes-savanyú csirkeragu (6,12)
Párolt rizs
Teljes kiőRLÉSŰ kenyér (1)

Allergének:
1,6,7,12

EN:903

ZS:30,6

TZS:5,3

FH:39,1

SZH:109

CK:19,3

SÓ:2,68

Bableves (1,3,9)
Sertéshúsgolyó (1,3)
Burgonyapüré (7,12)
Színes vegyessaláta (12)
Teljes kiőRLÉSŰ kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:963

ZS:33,7

TZS:5,8

FH:36

SZH:127,3

CK:14,4

SÓ:2,84

TejfőLős burgonyaleves (1,7,9,12)
Gombapörkölt (1)
Bulgur (1)
Alma
Teljes kiőRLÉSŰ kenyér (1)

Allergének:
1,7,9,12

EN:779

ZS:25,3

TZS:6,8

FH:19,6

SZH:103,5

CK:14

SÓ:1,1

Tojásleves (1,3)
Parajos tk.penne sajttal sütvé (1,7)
Teljes kiőRLÉSŰ kenyér (1)

Allergének:
1,3,7

EN:647

ZS:26,5

TZS:5,6

FH:26,6

SZH:69,5

CK:7,8

SÓ:0,81

Kukorica galuska leves (3,9)
Reszelt csirkemáj
Tört burgonya (12)
Csemegeuborka (10,12)

Allergének:
3,9,10,12

EN:682

ZS:19,8

TZS:5,4

FH:35,7

SZH:83,6

CK:6,6

SÓ:2,91

EBÉD C

BrokkolikréMLEVES (1,7,12)
Pirított tökMAG
Tejföl (7)
Reszelt sajt (7)
Spagetti (1)
Teljes kiőRLÉSŰ kenyér (1)

Allergének:
1,7,12

EN:933

ZS:44,6

TZS:18,4

FH:41,6

SZH:86,4

CK:6

SÓ:1,58

Bableves (1,3,9)
Mediterrán zöldséges bulgur (1,9)
Sajt szórát (7)
Teljes kiőRLÉSŰ kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9

EN:902

ZS:25,8

TZS:7,7

FH:33,7

SZH:118,2

CK:11

SÓ:1,21

TejfőLős burgonyaleves (1,7,9,12)
Tejbedara (1,7)
Kakaós szórát
Alma
Teljes kiőRLÉSŰ kenyér (1)

Allergének:
1,7,9,12

EN:640

ZS:18,9

TZS:9,4

FH:17,9

SZH:95,5

CK:50,5

SÓ:1,01

Tojásleves (1,3)
Rántott karfiol (1)
Pritaminos rizs
Tartármártás (3,7,10)
Teljes kiőRLÉSŰ kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,10

EN:984

ZS:47,4

TZS:8,9

FH:20,8

SZH:115,3

CK:14,7

SÓ:2,67

Kukorica galuska leves (3,9)
Zöldséges kölesfelfűjt (3,7)
Sajtmártás (7,12)

Allergének:
3,7,9,12

EN:580

ZS:23,1

TZS:6,9

FH:20,4

SZH:69,6

CK:10

SÓ:1,16

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel 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 a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A 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).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.
**TUDJ MEG TÖBBET
A HETI EGY HÚS-
MENTES EBÉDRŐL!**





ÉTLAP

Bakony Gaszt

Felnőtt

2026.05.18.–2026.05.22.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

Tarhonyaleves (1,12)
Sertéspörkölt (1)
Zöldborsófőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,12

EN:606

ZS:17,3

SZH:74,2

TZS:5,8

CK:18

FH:30,5

SÓ:1,17

Húsgaluska leves (1,3,7,9,12)
Burgonyás tészta (1,12)
Cékla savanyúság (10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:775

ZS:28,1

SZH:99,6

TZS:5,8

CK:12,3

FH:27

SÓ:2,97

Vöröslencse krémleves (1,7,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Rántott sajtgolyó (1,7)
Petrezselymes rizs
Tartármártás (3,7,10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:1085

ZS:42,2

SZH:124

TZS:12,7

CK:11,6

FH:31,4

SÓ:3,98

Almalé 100%-os
Sertés fasírtgolyó
Kelkáposztafőzelék (1,12)
Banán
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,12

EN:701

ZS:13,3

SZH:103,3

TZS:3,5

CK:39,7

FH:26,3

SÓ:2,16

Paradisomleves (1,3,9)
Natúr sertésszelet karajból
Pecsényelék (1,12)
Párolt rizs
Fűszeres karotta kukoricával
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9,12

EN:962

ZS:34,2

SZH:125,4

TZS:4,4

CK:30,5

FH:29,9

SÓ:2,56

EBÉD B

Tarhonyaleves (1,12)
Csirkés paella
Csemegeuborka (10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,10,12

EN:793

ZS:25,7

SZH:97,9

TZS:5,7

CK:9,7

FH:33,6

SÓ:4,05

Húsgaluska leves (1,3,7,9,12)
Mákos guba (1,7)
Vaníliás öntet (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:1050

ZS:36,4

SZH:142,3

TZS:13,2

CK:67,5

FH:35,8

SÓ:2,54

Vöröslencse krémleves (1,7,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Vegetáriánus bolognai ragu (6,9)
Spagetti (1)
Sajt szórát (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,6,7,9,12

EN:1010

ZS:28

SZH:117,1

TZS:9,5

CK:14,6

FH:48,6

SÓ:1,59

Almalé 100%-os
Csirkepaprikás (1,7)
Bulgur (1)
Banán
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:978

ZS:22

SZH:143,7

TZS:5

CK:42,2

FH:32,7

SÓ:2,02

Paradisomleves (1,3,9)
Csirkemell nuggets (1,9)
Petrezselymes burgonya (12)
Coleslaw (3,7,10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:879

ZS:29

SZH:119,8

TZS:3,8

CK:34,2

FH:27,2

SÓ:2,65

EBÉD C

Tarhonyaleves (1,12)
Svájci rakott burgonya (1,3,7,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,12

EN:704

ZS:30,1

SZH:76

TZS:14,8

CK:6,2

FH:22,8

SÓ:1,78

Húsgaluska leves (1,3,7,9,12)
Gyümölcsrizs (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:553

ZS:18,8

SZH:74,1

TZS:7,7

CK:33,4

FH:20,9

SÓ:1,13

Vöröslencse krémleves (1,7,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Sajtkrémes zöldségragu (1,7)
Spagetti (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,12

EN:838

ZS:22,1

SZH:107,8

TZS:6,2

CK:6,7

FH:32,1

SÓ:1,37

Almalé 100%-os
Zöldséges rakott palacsinta (1,3,7)
Banán
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7

EN:709

ZS:11,7

SZH:115,4

TZS:3,7

CK:46

FH:30,5

SÓ:1,06

Paradisomleves (1,3,9)
Rántott brokkoli (1)
Párolt rizs
Tartármártás (3,7,10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,10

EN:1163

ZS:47,3

SZH:156,2

TZS:8,8

CK:38,8

FH:22,9

SÓ:2,43

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel 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 a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A 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).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.
**TUDJ MEG TÖBBET
A HETI EGY HÚS-
MENTES EBÉDRŐL!**





ÉTLAP

Bakony Gaszt						Felnőtt						2026.05.25.–2026.05.29.																	
HÉTFŐ						KEDD						SZERDA						CSÜTÖRTÖK						PÉNTEK					
EBÉD A	ÜNNEPNAP					Daragaluska leves (1,3,9,12) Dino szelet (1) Majorannás burgonyafőzelék (1,7,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1)					Tárkonyos csirkeraguleves (1,7,9,12) Dejós morzsás nudli (1) Vaníliás öntet (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)					Hamisgulyás (1,3,9,12) Vegetáriánus chilis bab Teljes kiőrlésű kenyér (1)					Gyümölcsleves (1,7,12) Panírozott halrúd (1,4) Rizibizi Káposztasaláta Teljes kiőrlésű kenyér (1)								
	<u>Allergének:</u>					<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12					<u>Allergének:</u> 1,7,9,12					<u>Allergének:</u> 1,3,9,12					<u>Allergének:</u> 1,4,7,12								
	EN:0					EN:635					EN:1053					EN:488					EN:902								
	ZS: TZS: FH:					ZS:21,4 TZS:3,7 FH:28,5					ZS:23,1 TZS:5,5 FH:33,4					ZS:7,4 TZS:0,9 FH:29,8					ZS:18,8 TZS:2,5 FH:30,4								
SZH: CK: SÓ:					SZH:76,6 CK:4 SÓ:2,31					SZH:142,6 CK:34,7 SÓ:3,61					SZH:73,6 CK:9,3 SÓ:1,13					SZH:148,1 CK:53 SÓ:2,27									
EBÉD B	ÜNNEPNAP					Daragaluska leves (1,3,9,12) Párolt sertésszelet, karajból Meggymártás (1,7) Pirított dara (1) Teljes kiőrlésű kenyér (1)					Tárkonyos csirkeraguleves (1,7,9,12) Káposztás tészta (1) Teljes kiőrlésű kenyér (1)					Hamisgulyás (1,3,9,12) Rántott gomba (1,3) Petrezselymes rizs Tört burgonya (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1)					Gyümölcsleves (1,7,12) Budapest sertésragu (1) Tört burgonya (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1)								
	<u>Allergének:</u>					<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12					<u>Allergének:</u> 1,7,9,12					<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12					<u>Allergének:</u> 1,7,12								
	EN:0					EN:774					EN:728					EN:1041					EN:735								
	ZS: TZS: FH:					ZS:19,5 TZS:2 FH:28,8					ZS:17,8 TZS:3,4 FH:27,5					ZS:43,8 TZS:8,3 FH:22,4					ZS:18,9 TZS:6,9 FH:27,5								
SZH: CK: SÓ:					SZH:112,6 CK:35,1 SÓ:2,38					SZH:108,3 CK:30,7 SÓ:1,42					SZH:135,8 CK:11,6 SÓ:2,32					SZH:105,7 CK:39,1 SÓ:1,01									
EBÉD C	ÜNNEPNAP					Daragaluska leves (1,3,9,12) Édes málé (1,3,7) Szilva extra dzsem Teljes kiőrlésű kenyér (1)					Tárkonyos csirkeraguleves (1,7,9,12) Zöldség curry (4,9,12) Kuskusz (1) Teljes kiőrlésű kenyér (1)					Hamisgulyás (1,3,9,12) Tejberizs (7) Kakaós szórát Teljes kiőrlésű kenyér (1)					Gyümölcsleves (1,7,12) Ázsiai zöldséges tészta (1,6,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1)								
	<u>Allergének:</u>					<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12					<u>Allergének:</u> 1,4,7,9,12					<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12					<u>Allergének:</u> 1,6,7,12								
	EN:0					EN:1000					EN:768					EN:596					EN:508								
	ZS: TZS: FH:					ZS:47,3 TZS:5,9 FH:14,3					ZS:25 TZS:7,2 FH:28,8					ZS:12,5 TZS:6,5 FH:16,4					ZS:4,7 TZS:1,1 FH:14,7								
SZH: CK: SÓ:					SZH:130,6 CK:64,9 SÓ:1,13					SZH:100,8 CK:8,5 SÓ:1,25					SZH:102,3 CK:43,1 SÓ:0,88					SZH:97,9 CK:44,5 SÓ:1,83									

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel 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 a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A 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).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.
**TUDJ MEG TÖBBET
A HETI EGY HÜS-
MENTES EBÉDRŐL!**

