



ÉTLAP

Bakony Gaszt

Felnőtt

2026.10.05.–2026.10.09.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

Köménymagleves (1)
Pírtott zsemlekocka (1)
Kukoricás csirkeragu (1,7)
Párolt rizs
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:815
ZS:32,8
SZH:96,6
TZS:7,9
FH:27,6
SÓ:2,71
CK:4,7

Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9)
Tejbedara (1,7)
Fahéjas porcukor
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9

EN:666
ZS:17,9
SZH:95,4
TZS:8,4
FH:28
SÓ:1,08
CK:44,5

Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Főtt tojás (3)
Zöldborsófőzelék (1,7)
Banán
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,12

EN:717
ZS:13,9
SZH:102,1
TZS:4,1
FH:31,8
SÓ:1,49
CK:33,9

Fahéjas almaleves (1,7,12)
Rakott burgonya (3,6,7,12)
Csemegeuborka (10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,6,7,10,12

EN:859
ZS:31,7
SZH:99,8
TZS:13,3
FH:24,4
SÓ:3,48
CK:42,4

Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Bolognai teljes kiőrlésű spagettivel (1,9)
Sajt szórat (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:997
ZS:44,8
SZH:96,1
TZS:15,7
FH:45,8
SÓ:1,8
CK:15,5

EBÉD B

Köménymagleves (1)
Pírtott zsemlekocka (1)
Vegetáriánus rakott karfiol (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:545
ZS:25,2
SZH:51,1
TZS:5,4
FH:24,9
SÓ:0,7
CK:6,1

Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9)
Carbonara penne (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9

EN:1113
ZS:50,9
SZH:114,6
TZS:19,3
FH:44,5
SÓ:3,27
CK:12

Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Tikka Masala (7,9)
Banán
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:483
ZS:10,8
SZH:79,9
TZS:4,3
FH:11,1
SÓ:1,24
CK:21,6

Fahéjas almaleves (1,7,12)
Bácskai rizseshús
Csemegeuborka (10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,10,12

EN:837
ZS:28,7
SZH:120
TZS:8,1
FH:22
SÓ:2,46
CK:43,1

Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Fűszeres csirkeszárnnyak
Pírtott burgonya (12)
Házi vegyes saláta
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,12

EN:1016
ZS:43,5
SZH:98,3
TZS:10,8
FH:51,3
SÓ:2,54
CK:17,3

EBÉD C

Köménymagleves (1)
Pírtott zsemlekocka (1)
Párolt sertésszelet, karajból
Gyümölcsmártás (1,7)
Pírtott dara (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:786
ZS:24,8
SZH:103,5
TZS:2,6
FH:27,5
SÓ:2,09
CK:28,6

Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9)
Csokoládés gombóc (1,3,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9

EN:1112
ZS:20,5
SZH:183,6
TZS:3
FH:36,4
SÓ:2,29
CK:28,6

Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Sajtos-tejfölös tészta (bio tésztával) (1,7)
Banán
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,12

EN:941
ZS:31,6
SZH:129,8
TZS:15
FH:30,5
SÓ:1,89
CK:21,4

Fahéjas almaleves (1,7,12)
Rántott brokkoli (1)
Párolt rizs
Tartármártás (3,7,10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:1124
ZS:41,8
SZH:160,1
TZS:8,9
FH:21,8
SÓ:2,42
CK:47,7

Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Gombapaprikás (1,7)
Bulgur (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,12

EN:733
ZS:25,9
SZH:92,6
TZS:8,3
FH:20,2
SÓ:1,78
CK:5,4

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. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést 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

2026.10.12.–2026.10.16.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Mákos nudli (1)
Vaníliás öntet (7)
Körte
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:1134

ZS:21,8

TZS:4,3

FH:23,9

SZH:173,9

CK:50,4

SÓ:2,76

Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Bakonyi csirkeragu (1,7)
Párolt rizs
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:735

ZS:23,7

TZS:5,4

FH:29,4

SZH:93,4

CK:5,1

SÓ:1,99

Almalé 100%-os
Sertéshúsgolyó (1,3)
Svéd mártás (1,6,7,10,12)
Áfonyaszósz
Tört burgonya (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,6,7,10,12

EN:941

ZS:30

TZS:6,9

FH:24,5

SZH:144,1

CK:59,3

SÓ:4,22

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Mediterrán zöldséges bulgur (1,9)
Sajt szórát (7)
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:766

ZS:21

TZS:7,2

FH:25,3

SZH:104,6

CK:20,3

SÓ:1,45

Őszibarack krémleves (1,12)
Ázsiai zöldséges tészta (1,6,12)
Sajt szórát (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,6,7,12

EN:683

ZS:13,5

TZS:6,8

FH:26

SZH:109,3

CK:44,1

SÓ:2,82

EBÉD B

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Rántott sajtgolyó (1,7)
Zöldbabfőzelék (1,7)
Körte
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:521

ZS:14,2

TZS:5,8

FH:16,4

SZH:77,2

CK:11,2

SÓ:2,58

Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Palacsintás zöldséglepeny (1,3,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:366

ZS:14,9

TZS:4,8

FH:22,2

SZH:31,1

CK:6,3

SÓ:1,4

Almalé 100%-os
Sajtos sült galuska (1,3,7)
Színes vegyessaláta (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,12

EN:679

ZS:15,2

TZS:5,9

FH:38,3

SZH:138

CK:36,6

SÓ:2,03

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Lilahagymás sajtkrémes sertésszelet (1,7)
Bulgur (1)
Csemegeuborka (10,12)
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:1012

ZS:38,5

TZS:9,8

FH:42

SZH:106,8

CK:21,1

SÓ:4,7

Őszibarack krémleves (1,12)
Csirke gyros
Petrezselymes burgonya (12)
Coleslaw (3,7,10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:810

ZS:21,1

TZS:2,3

FH:33,6

SZH:106,8

CK:42,6

SÓ:2,94

EBÉD C

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Aranygaluska (1,3,6,7)
Vaníliás öntet (7)
Körte
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,6,7,9,12

EN:1103

ZS:26,1

TZS:9,4

FH:21,8

SZH:191,9

CK:70,4

SÓ:1,6

Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Székelykáposzta (1,7,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:469

ZS:26,8

TZS:9,6

FH:23,7

SZH:29,8

CK:6,3

SÓ:3,79

Almalé 100%-os
Lecsós virsli (1)
Tarhonya (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1

EN:816

ZS:34,4

TZS:11,5

FH:24,8

SZH:100,1

CK:31,5

SÓ:3,39

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Csirkepörkölt (1)
Babfőzelék (1,7)
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:665

ZS:14,5

TZS:2,5

FH:38

SZH:86,9

CK:14,8

SÓ:2,35

Őszibarack krémleves (1,12)
Rántott halfilé (1,3,4)
Kukoricás rizs
Coleslaw (3,7,10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,4,7,10,12

EN:946

ZS:20,4

TZS:3,6

FH:27,8

SZH:160,9

CK:44,3

SÓ:2,55

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. Csillagfű; 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

2026.10.19.–2026.10.23.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

Édes gyökekrémleves (1,7,9,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Zöldborsós csirkeragu (1)
Párolt rizs
Csalamádé (10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:813

ZS:24

TZS:6,2

FH:31,3

SZH:109,9

CK:7,9

SÓ:3,39

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

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:780

ZS:23,6

TZS:6

FH:39,5

SZH:79,2

CK:11,9

SÓ:2,72

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

Kukorica galuska leves (3,9)
Főtt tojás (3)
Sóska mártás (7)
Főtt burgonya (12)
Gesztenyerúd
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:683

ZS:22,9

TZS:7,3

FH:20,8

SZH:87,7

CK:26,8

SÓ:0,97

ÜNNEPNAP

Allergének:

EBÉD B

Édes gyökekrémleves (1,7,9,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Bazsalikomós paradicsomos spagetti (bio tésztával)
(1)
Sajt szórat (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:783

ZS:25,6

TZS:9,8

FH:25,4

SZH:109,5

CK:18,7

SÓ:1,57

Zöldségleves fridattoval (1,3,7,9,12)
Rakott keltáposzta (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

Kukorica galuska leves (3,9)
Rántott gomba (1,3)
Petrezselymes bulgur (1)
Tartármártás (3,7,10)
Gesztenyerúd
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,10

EN:1197

ZS:53,3

TZS:10,6

FH:26,5

SZH:141,7

CK:17,5

SÓ:2,39

ÜNNEPNAP

Allergének:

EBÉD C

Édes gyökekrémleves (1,7,9,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Fokhagymás sertés aprópecsenye (1)
Petrezselymes burgonya (12)
Csalamádé (10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:676

ZS:24,3

TZS:7,5

FH:23,8

SZH:83,1

CK:6

SÓ:2,3

Zöldségleves fridattoval (1,3,7,9,12)
Sajtos tejszínes brokkoli (7,9)
Kuskusz (1)
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:730

ZS:18,5

TZS:4

FH:25,6

SZH:111,9

CK:17,4

SÓ:1,7

Gulyásleves (1,3,9,12)
Francia lecsó
Párolt rizs fél adag
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9,12

EN:496

ZS:16,3

TZS:3,5

FH:15,7

SZH:67,6

CK:7,3

SÓ:0,75

Kukorica galuska leves (3,9)
Csőben sült zöldségek (1,7)
Gesztenyerúd
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9

EN:557

ZS:21,9

TZS:9,5

FH:17,6

SZH:68,5

CK:14,2

SÓ:1,58

ÜNNEPNAP

Allergének:

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 HÜS-
MENTES EBÉDRŐL!**





ÉTLAP

Bakony Gaszt			Felnőtt						2026.10.26.–2026.10.30.						
HÉTFŐ			KEDD			SZERDA			CSÜTÖRTÖK			PÉNTEK			
EBÉD A	ŐSZI SZÜNET			ŐSZI SZÜNET			ŐSZI SZÜNET			ŐSZI SZÜNET			ŐSZI SZÜNET		
	<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>		
	EN:0			EN:0			EN:0			EN:0			EN:0		
	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:
	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:
EBÉD B	ŐSZI SZÜNET			ŐSZI SZÜNET			ŐSZI SZÜNET			ŐSZI SZÜNET			ŐSZI SZÜNET		
	<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>		
	EN:0			EN:0			EN:0			EN:0			EN:0		
	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:
	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:
EBÉD C	ŐSZI SZÜNET			ŐSZI SZÜNET			ŐSZI SZÜNET			ŐSZI SZÜNET			ŐSZI SZÜNET		
	<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>		
	EN:0			EN:0			EN:0			EN:0			EN:0		
	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:
	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:

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. Csillagfű; 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!**

