

ÉTLAP

HUNGAST

Kérek még!

Kecskemét

Középiskola

2024. 04. 01.–2024. 04. 07.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

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

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN: 0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN: 0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN: 0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN: 0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

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:

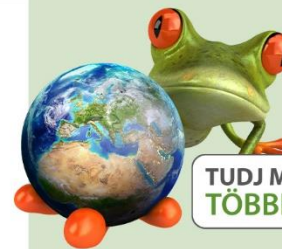
Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztyszennyeződéssel 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűk. 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.

Kecskemét

Középiskola

2024. 04. 08.–2024. 04. 14.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

EBÉD

Tejfőlés zöldbaleves
Pincepörkölt
Félbarna kenyér
Vitaminaláta

Allergének:
1,7,10,12

EN:752
ZS:32,3
TZS:9,4
SZH:77,3

Bagolyborsó leves
Bazsalikomos paradicsommártás
Spagetti
Sajt szórat
Alma

Allergének:
1,7,9

EN:905
ZS:31,2
TZS:11,4
SZH:115,8

Gyümölcsleves
Sajtkrém - lilahagymás
szárnyasragu
Rizibizi
Piskóta szelet

Allergének:
1,3,6,7,12

EN:859
ZS:23,4
TZS:7,9
SZH:126,2

Csontleves
Lenmagos sertésfasírt
Lencsefőzelék
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:908
ZS:38,9
TZS:10,4
SZH:91,6

Tejfőlés burgonyaleves
Vegyes gyümölcsös derelye
Porcukor szórat
Körte

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:1246
ZS:17,5
TZS:3,5
SZH:177,5

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

UZSONNA

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztzennyezéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén 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 elnézést 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.



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Kecskemét

Középiskola

2024. 04. 15.–2024. 04. 21.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TÍZÓRAI	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p>TZS: CK: SÓ:</p> <p>FH: SÓ:</p>						
EBÉD	<p>Lebbencsleves Dino szelet Finomfőzelék Félbarna kenyér Banán</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:1066 ZS: 32,5 TZS: 7,3 FH: 34 SZH:152,5 CK:62,3 SÓ: 3,58</p>	<p>Húsgaluskaleves Burgonyás tészta Céklasavanyúság édesítőszerral</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12</p> <p>EN: 713 ZS: 23,6 TZS: 2 FH: 25,6 SZH:98 CK: 7,9 SÓ: 2,67</p>	<p>Tojásleves Erdélyi rakott káposzta Félbarna kenyér Túró rudi</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,12</p> <p>EN: 863 ZS: 52,3 TZS: 19,8 FH:30 SZH:59 CK: 17,3 SÓ: 5,16</p>	<p>Paradicsomleves Sertésragu Jóasszony módra Petrezselymes burgonya Vitaminaláta Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12</p> <p>EN: 898 ZS: 32 TZS: 8,9 FH: 30 SZH:115,5 CK: 43,6 SÓ: 3,46</p>	<p>Zöldborsókrémleves Leves gyöngy Rántott sajt Párolt rizs Tartármártás</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 1338 ZS: 65,9 TZS: 20,6 FH: 38 SZH: 142,9 CK: 18,4 SÓ: 2,91</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>
UZSONNA	<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 kerütek feltüntetésére. 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 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.



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Kecskemét

Középiskola

2024. 04. 22.–2024. 04. 28.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

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

Köménymagleves
Pirított zsemlekocka
Lecsós sertésragu
Tarhonya
Mandarin

Allergének:
1

EN:848
ZS: 37,1 TZS: 9,3 FH: 31
SZH:94,8 CK:20,6 SÓ: 1,88

Húsleves
Sült virsli
Kelkáposzta-főzelék
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,12

EN: 529
ZS: 25,1 TZS: 6,8 FH: 21,2
SZH:51,2 CK: 0,6 SÓ: 4,31

Csirkeraguleves
Tejbedara
Kakaós szórát
Félbarna kenyér
Banán

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 788
ZS: 9 TZS: 3,7 FH:34,3
SZH:134,1 CK: 87,6 SÓ: 2,05

Fahéjas almaleves
Grillfűszeres csirkemell
Rizibizi
Vitaminsaláta

Allergének:
1,7,10,12

EN: 751
ZS: 15,8 TZS: 2,8 FH: 40,4
SZH:110,2 CK: 38,6 SÓ: 3,2

Citromos kerti leves
Vegetáriánus chilis bab
Félbarna kenyér
Brownie

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 787
ZS: 18,6 TZS: 5,3 FH: 35,9
SZH: 116,1 CK: 36,1 SÓ: 2,11

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

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 kerütek feltüntetésére. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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.



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Kecskemét

Középkiskola

2024. 04. 29.–2024. 05. 05.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap	
TÍZÓRAI	Allergének:							
EN:	EN:							
ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:
SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:
EBÉD	Eperkrémleves Borsos sertéstokány Bulgur Csemegeuborka édesítőszerrel Mandarin	Brokkolikrémleves Leves gyöngy Panírozott halrúd Vitaminálata Sárgarépa rizs	ÜNNEPNAP	Gulyásleves Mákos tészta Körte	Magyaros gombaleves Borsófehérjefasírt Majorannás burgonyafőzelék Félbarna kenyér Túró rudi	Allergének:		
EN:1017	EN: 854							
ZS: 33	TZS: 9,7	FH: 31,8	ZS: 29	TZS: 5,7	FH: 30,4	ZS: 19,2	TZS: 7,1	FH: 28,2
SZH:130	CK:53	SÓ: 2,44	SZH:115,8	CK: 10,8	SÓ: 4,35	SZH: 97,6	CK: 14,8	SÓ: 1,59
UZSONNA	Allergének:							
EN:	EN:							
ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:
SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztyszennyeződéssel 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. Szezámag; 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.



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.