

Bugyi

Óvoda

2026. 02. 02.–2026. 02. 06.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

TÍZÓRAI

Tej (7)
Dzsungel gabonapehely (1,6)

Kakaós tej (7)
Briós (1,3,7)

Gyümölcs tea (12)
Sajtkrém (7)
Félbarna kenyér (1)

Gyümölcs tea (12)
Petrezselymes tojáskrém (3,10)
Zsemle (1)

Tej (7)
Csirkemell sonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Jégcsapretek

Allergének:
1,6,7

Allergének:
1,3,7

Allergének:
1,7,12

Allergének:
1,3,10,12

Allergének:
1,7

EN:240
ZS:3,9
SZH:41

TZS:2,1
CK:21
FH:9,7
SÓ:0,52

EN:353
ZS:7,7
SZH:56,8

TZS:4
CK:28,2
FH:10,1
SÓ:0,67

EN:179
ZS:1,8
SZH:34,6

TZS:0,8
CK:8,3
FH:5,9
SÓ:0,85

EN:220
ZS:3,6
SZH:37,8

TZS:0,6
CK:8,5
FH:5,9
SÓ:0,83

EN:261
ZS:6,5
SZH:35,8

TZS:3
CK:9,8
FH:13,6
SÓ:1,46

EBÉD

Zellerleves (9)
Tarhonyás hús csirkehússal (1)
Csalamádé (10,12)

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Dino szelet (1)
Majorannás burgonyafőzelék (1,7,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Csirkereguleves (1,3,9,12)
Dejős morzsás nudli (1)
Vaníliás öntet (7)
Narancs

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Vegetáriánus chilis bab
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Piskóta szelet (1,3,6,7)

Fahéjas almaleves (1,7,12)
Panírozott halrúd (1,4)
Rizibizi
Káposztasaláta

Allergének:
1,9,10,12

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:
1,3,6,7,9,12

Allergének:
1,4,7,12

EN:366
ZS:12,1
SZH:42,6

TZS:1,2
CK:4
FH:17,4
SÓ:2,2

EN:415
ZS:11,9
SZH:56

TZS:2,2
CK:2,6
FH:16,9
SÓ:1,5

EN:687
ZS:13
SZH:97,8

TZS:2,4
CK:30,4
FH:20,7
SÓ:2,22

EN:427
ZS:10,1
SZH:65,5

TZS:3,4
CK:14,7
FH:20
SÓ:1,04

EN:492
ZS:11,3
SZH:77,6

TZS:1,6
CK:23,9
FH:18,1
SÓ:1,81

UZSONNA

Magyaros vajkrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Jégcsapretek

Zala felvágott
Margarin
Zsemle (1)
Zöldpaprika

Sertéspárizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Paradicsom

Reszelt sajt (7)
Margarin
Félbarna kenyér (1)
Zöldpaprika

Túró rudi (6,7)
Mandarin

Allergének:
1,7

Allergének:
1

Allergének:
1

Allergének:
1,7

Allergének:
6,7

EN:164
ZS:3,6
SZH:26,5

TZS:2,1
CK:1
FH:4,7
SÓ:0,87

EN:215
ZS:5,9
SZH:31,1

TZS:2
CK:1
FH:7,3
SÓ:1,05

EN:196
ZS:6,1
SZH:27,7

TZS:2,2
CK:0,4
FH:6,3
SÓ:1,05

EN:216
ZS:8
SZH:26,5

TZS:4,6
CK:0,9
FH:9
SÓ:1,05

EN:143
ZS:4,5
SZH:20,2

TZS:3,9
CK:18,5
FH:3,9
SÓ:0,03

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál 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 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). A csillaggal (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A **HÚSMENTES NAP**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Bugyi

Óvoda

2026. 02. 09.–2026. 02. 13.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

TÍZÓRAI

 Vaníliás tej (7)
Margarin
Foszlós kalács (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

 EN:338
ZS:10,2
SZH:48,4
TZS:4,7
FH:10,3
SÓ:0,8
CK:26,4

 Gyümölcstea (12)
Körözött (7)
Zsemle (1)

Allergének:
1,7,12

 EN:217
ZS:2,5
SZH:38
TZS:1,3
FH:8,7
SÓ:0,73
CK:8,9

 Gyümölcstea (12)
Főtt tojás (3)
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,12

 EN:207
ZS:4,6
SZH:32,8
TZS:1,4
FH:6
SÓ:0,84
CK:7,6

 Tej (7)
Méz
Margarin
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7

 EN:292
ZS:5,6
SZH:51,4
TZS:2,8
FH:10,4
SÓ:0,93
CK:26,4

 Gyümölcstea (12)
Soproni felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Paradicsom

Allergének:
1,12

 EN:226
ZS:6,4
SZH:34,1
TZS:2,3
FH:6,4
SÓ:1,22
CK:7,8

EBÉD

 Kertészleves (1,12)
Borsos sertéstkány (1)
Bulgur (1)
Csemegeuborka (10,12)

Allergének:
1,10,12

 EN:414
ZS:16,2
SZH:46,2
TZS:4,3
FH:14,3
SÓ:1,69
CK:5,1

 Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Hüsgombóc (1)
Paradicsommártás (1,9)
Főtt burgonya (12)
Banán

Allergének:
1,3,9,12

 EN:543
ZS:15,8
SZH:78,6
TZS:3,7
FH:17
SÓ:1,07
CK:29,8

 Bableves füstölt hússal (1,3,9)
Mák szórát
Hosszúmetélt (1)
Alma

Allergének:
1,3,9

 EN:484
ZS:16
SZH:69,4
TZS:2,3
FH:17,9
SÓ:0,91
CK:21,9

 Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12)
Panírozott zöldséggolyó (1,3,7)
Tört burgonya (12)
Cékla savanyúság (10)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

 EN:357
ZS:6,7
SZH:56,9
TZS:0,9
FH:10,5
SÓ:2,15
CK:5,5

 Almalé 100%-os
Kukorica morzsás csirkemell csik (1)
Petrezselymes rizs
Coleslaw (3,7,10,12)

Allergének:
1,3,7,10,12

 EN:533
ZS:15,8
SZH:80,5
TZS:2,3
FH:16,2
SÓ:1,63
CK:26,5

UZSONNA

 Kenőmájas
Teljes kiőrlésű kifli (1)
Kígyóuborka

Allergének:
1

 EN:169
ZS:5,5
SZH:21,8
TZS:1,9
FH:6,6
SÓ:0,94
CK:0,8

 Füstölt pulypapárizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Jégcsapretek

Allergének:
1

 EN:190
ZS:6
SZH:26,3
TZS:2,1
FH:6,2
SÓ:1,22
CK:0,4

 Csemege szalámi
Margarin
Zsemle (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1

 EN:220
ZS:6,9
SZH:30,8
TZS:2,3
FH:6,6
SÓ:1,12
CK:1,1

 Sajtszelet (7)
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Kígyóuborka

Allergének:
1,7

 EN:220
ZS:7,9
SZH:26,9
TZS:4,6
FH:9,1
SÓ:1
CK:0,4

 Epres joghurt (7)
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

 EN:247
ZS:2,1
SZH:46,5
TZS:0,8
FH:7,8
SÓ:0,63
CK:19,9

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál 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. 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). A csillaggal (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.


 A **HÜSMENTES NAP**
fenntarthatósági program a

Magyar Természetvédők Szövetsége
Föld Barátai Magyarországon

szakmai ajánlásával jött létre.

Bugyi

Óvoda

2026. 02. 16.–2026. 02. 20.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

TÍZÓRAI

Tej (7)
Sárgabarack extra dzsem
Margarin
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:283
ZS:5,6 TZS:2,8 FH:10,4
SZH:47,6 CK:22 SÓ:0,93

Gyümölcsstea (12)
Reszelt sajt (7)
Margarin
Zsemle (1)
Jégcsapretek

Allergének:
1,7,12

EN:266
ZS:7,9 TZS:4,4 FH:9,6
SZH:37,3 CK:7,8 SÓ:1,08

Tej (7)
Magyaros vajkrém (7)
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Kígyóborka

Allergének:
1,7

EN:256
ZS:6,5 TZS:4,1 FH:11,4
SZH:36,8 CK:10,4 SÓ:0,94

Tejeskávé (7)
Margarin
Fatörzs kifli (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:327
ZS:8,5 TZS:4,1 FH:10
SZH:48,8 CK:23,4 SÓ:0,71

Gyümölcsstea (12)
Póréhagymás túrókrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Jégcsapretek

Allergének:
1,7,12

EN:201
ZS:2,9 TZS:1,6 FH:8
SZH:34,2 CK:8,5 SÓ:0,82

EBÉD

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Ananász csirkeragu (1,7)
Párolt rizs
Narancs

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:433
ZS:10,2 TZS:1,2 FH:15,2
SZH:65,7 CK:15,8 SÓ:0,91

Gyümölcsleves (1,7,12)
Paprikás burgonya virslivel (12)
Cékla savanyúság (10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,10,12

EN:475
ZS:15,3 TZS:6,2 FH:12,9
SZH:67,5 CK:25,7 SÓ:2,76

Sárgaborsó krémleves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Túró (7)
Tejfől (7)
Fodros metélt (1)

Allergének:
1,3,7

EN:487
ZS:16,6 TZS:5 FH:21,1
SZH:60 CK:5 SÓ:0,46

Tarhonyaleves (1,12)
Csirkepörkölt (1)
Tökfőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Banán

Allergének:
1,7,12

EN:455
ZS:9,4 TZS:2,5 FH:16,9
SZH:69,9 CK:18,3 SÓ:1,98

Paradicsomleves (1,3,9)
Panírozott halrúd (1,4)
Zöldséges bulgur (1)
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,3,4,9

EN:518
ZS:14,4 TZS:1,5 FH:17
SZH:73,7 CK:22,6 SÓ:1,3

UZSONNA

Sajtkrém (7)
Teljes kiőrlésű kifli (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:144
ZS:1,9 TZS:0,8 FH:6,2
SZH:23,6 CK:1,2 SÓ:0,8

Sertéspárizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1

EN:189
ZS:6,2 TZS:2,2 FH:6
SZH:25,9 CK:0,4 SÓ:1,15

Ostyaszelet (1,3,6)
Mandarin

Allergének:
1,3,6

EN:194
ZS:8,4 TZS:2,1 FH:2,5
SZH:25 CK:14,6 SÓ:0,03

Gépsonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kígyóborka

Allergének:
1

EN:174
ZS:3,8 TZS:1,3 FH:7
SZH:26,6 CK:0,8 SÓ:1,32

Kockasajt (7)
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

EN:203
ZS:6,6 TZS:4 FH:7
SZH:27,9 CK:2,1 SÓ:1,15

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál 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. Szézámmag; 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). A csillaggal (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A **HÜSMENTES NAP**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

ÉTLAP

HUNGAST
Kérlek még!

Bugyi

Óvoda

2026. 02. 23.–2026. 02. 27.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

TÍZÓRAI

Tej (7)
Méz
Margarin
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:292
ZS:5,6 TZS:2,8 FH:10,4
SZH:51,4 CK:26,4 SÓ:0,93

Gyümölcsstea (12)
Sajtkrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,12

EN:184
ZS:1,8 TZS:0,8 FH:5,9
SZH:34,6 CK:8,1 SÓ:0,9

Tejeskávé (7)
Briós (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:345
ZS:7,4 TZS:3,9 FH:9,9
SZH:55,8 CK:26,2 SÓ:0,68

Gyümölcsstea (12)
Sajtos pogácsa (1,3,7,12)

Allergének:
1,3,7,12

EN:194
ZS:6,5 TZS:3,2 FH:3,4
SZH:29,6 CK:7,5 SÓ:1,1

Gyümölcsstea (12)
Soproni felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kígyóborka

Allergének:
1,12

EN:223
ZS:6,4 TZS:2,3 FH:6,4
SZH:33,7 CK:7,8 SÓ:1,22

EBÉD

Karamellás körteleves (1,7,12)
Bácskai rizseshús
Csemegeuborka (10,12)

Allergének:
1,7,10,12

EN:472
ZS:17,3 TZS:5,1 FH:12,1
SZH:65,9 CK:24,8 SÓ:1,46

Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9)
Szilvatöltelikes gombóc (1)
Porcukor szórát
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9

EN:677
ZS:11,5 TZS:2,2 FH:20
SZH:117,5 CK:31,3 SÓ:1,44

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

Allergének:
1,3,7,12

EN:456
ZS:7,6 TZS:2,2 FH:20,1
SZH:68,4 CK:19,7 SÓ:1,09

Köménymagleves (1)
Pirított zsemlekocka (1)
Párolt sertésszelet, karajból
Meggymártás (1,7)
Pirított dara (1)

Allergének:
1,7

EN:504
ZS:14,2 TZS:1,7 FH:15,7
SZH:74,2 CK:27,6 SÓ:1,11

Tejfölös karfiolleves (1,3,7)
Bolognai sertésragu (9)
Teljes kiőrlésű spagetti (1)
Sajt szórát (7)

Allergének:
1,3,7,9

EN:553
ZS:26,4 TZS:9,5 FH:26,2
SZH:48,8 CK:8,9 SÓ:0,63

UZSONNA

Kenőmájas
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Paradicsom

Allergének:
1

EN:190
ZS:5,4 TZS:1,9 FH:6,5
SZH:27,1 CK:0,9 SÓ:1,04

Füstölt pulykapárizsi
Margarin
Zsemle (1)
Kígyóborka

Allergének:
1

EN:209
ZS:5,9 TZS:1,9 FH:6,8
SZH:30,4 CK:0,7 SÓ:1,13

Vajkrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:167
ZS:3,7 TZS:2,1 FH:4,7
SZH:27 CK:1,1 SÓ:0,84

Csemege szalámi
Margarin
Zsemle (1)
Jégcsapretek

Allergének:
1

EN:217
ZS:6,9 TZS:2,3 FH:6,5
SZH:30,3 CK:0,7 SÓ:1,15

Piros gyümölcsös joghurt (7)
Kifli (1,7)

Allergének:
1,7

EN:246
ZS:2,5 TZS:0,8 FH:8,5
SZH:44 CK:16,1 SÓ:0,65

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál 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 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). A csillaggal (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A **HÜSMENTES NAP**
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.