



ÉTLAP

Budapest

Apáczai Gimnázium és Kollégium

2025. 09. 01.–2025. 09. 05.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

Hidegpult

EBÉD A

EBÉD B

VACSORA

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

TZS:

FH:

SÓ:

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Vadas sertésragu (1,7,9,10,12)
Makaróni tészta (1)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:684
ZS:26,4
SZH:86,2

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

TZS:

FH:

SÓ:

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

Allergének:
1,7,10,12

EN:766
ZS:26,5
SZH:104,2

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

TZS:

FH:

SÓ:

Sárgaborsó krémleves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Túró (7)
Fodros kocka (1)
Tejföl (7)

Allergének:
1,3,7

EN:782
ZS:26
SZH:98,9

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

TZS:

FH:

SÓ:

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

Allergének:
1,7,12

EN:540
ZS:15,4
SZH:66,1

Allergének:

EN:
ZS:
TZS:
SZH:

TZS:

FH:

SÓ:

Paradicsomleves (1,3,9)
Panírozott halfilé (1,4,7,10)
Zöldséges rizs
Tavaszi saláta (10,12)

Allergének:
1,3,4,7,9,10,12

EN:850
ZS:26,8
SZH:124,3

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Hawai csirkemell (7)
Párolt rizs

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:730
ZS:22,4
SZH:86,8

Gyümölcsleves (1,7,12)
Rakott zöldbab (1,7)
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7,12

EN:654
ZS:21,3
SZH:86,4

Sárgaborsó krémleves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Rántott sajt (1,7)
Petrezselymes burgonya (12)

Allergének:
1,3,7,12

EN:1022
ZS:39,8
SZH:119,8

Tarhonyaleves (1,12)
Vegetáriánus chilis bab
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,12

EN:543
ZS:7,7
SZH:84,1

Paradicsomleves (1,3,9)
Reszelt csirkemáj (1)
Tört burgonya (12)
Tavaszi saláta (10,12)

Allergének:
1,3,9,10,12

EN:728
ZS:17,8
SZH:98,1

Csirkemell nuggets (1,9)
Zöldborsófőzelék (1,7)
Félbarna kenyér (1)

Allergének:
1,7,9

EN:551
ZS:13,1
SZH:72,5

Stroganoff sertéstokány (1,7,10,12)
Bulgur (1)

Allergének:
1,7,10,12

EN:667
ZS:29
SZH:66,2

Párolt csirkemell
Pecsényelé (1,12)
Párolt rizs

Allergének:
1,12

EN:524
ZS:10,8
SZH:71,1

Almalé 100%-os
Káposztás tészta (1)

Allergének:
1

EN:615
ZS:10,2
SZH:113,9

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál 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 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 HÚSMENTES EBÉDRŐL!**

