

Budapest

Apáczai Gimnázium és Kollégium

2025. 09. 08.–2025. 09. 12.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

VACSORA

Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Fahéjas szilvaleves (1,7,12)
Bácskai rizseshús
Csemegeuborka (10,12)Allergének:
1,7,10,12EN:826
ZS:28,6 TZS:8,1 FH:21,7
SZH:118,6 CK:46,7 SÓ:2,21Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Zöldségleves (1,3,12)
Főtt tojás (3)
Zöldborsófőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,7,12EN:548
ZS:13,7 TZS:4,1 FH:30,3
SZH:62,7 CK:17 SÓ:1,38Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Köménymagleves (1)
Pirított zsemlekocka (1)
Párolt sertésszelet, karajból
Meggymártás (1,7)
Pirított dara (1)Allergének:
1,7EN:780
ZS:23,8 TZS:2,4 FH:27,1
SZH:106,2 CK:34,8 SÓ:1,91Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Lencsegyulás sertéshússal (1,3,9)
Tejberizs (7)
Fahéjas porcukor
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,7,9EN:819
ZS:17,6 TZS:8 FH:30,4
SZH:131,8 CK:45,2 SÓ:1,24Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Bolognai sertésragu (9)
Teljes kiőrlésű spagetti (1)
Sajt szórat (7)Allergének:
1,3,7,9,12EN:953
ZS:44 TZS:15,4 FH:44,4
SZH:88,7 CK:15,1 SÓ:1,55Almalé 100%-os
Fűszeres csirkeszárnyak
Pirított burgonya (12)
Csemegeuborka (10,12)Allergének:
10,12EN:875
ZS:36 TZS:7,9 FH:45,5
SZH:87 CK:31,2 SÓ:2,69Zöldségleves (1,3,12)
Reszelt sajt (7)
Tejföl (7)
Makaróni tészta (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,7,12EN:736
ZS:30,9 TZS:14,9 FH:29,5
SZH:83,3 CK:6,7 SÓ:1,93Köménymagleves (1)
Pirított zsemlekocka (1)
Sajtos csirkeragu (1,7)
Párolt rizsAllergének:
1,7EN:748
ZS:26,4 TZS:5,8 FH:36
SZH:89,8 CK:4,1 SÓ:1,2Lencsegyulás sertéshússal (1,3,9)
Carbonara szósz (1,7)
Spagetti (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,7,9EN:1096
ZS:49,5 TZS:19,2 FH:43,9
SZH:113,7 CK:11,4 SÓ:3,56Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Kukorica morzsás csirkemell csík (1)
Burgonyapüré (7,12)
Csalamádé (10,12)Allergének:
1,3,7,10,12EN:837
ZS:30,5 TZS:7,7 FH:29,6
SZH:103,6 CK:5,9 SÓ:4,56

Parajos penne (1,7)

Allergének:
1,7EN:488
ZS:16,7 TZS:4,3 FH:19,3
SZH:63,7 CK:7 SÓ:0,52Pusztapörkölt sertés hússal (12)
Csemegeuborka (10,12)Allergének:
10,12EN:415
ZS:14,1 TZS:8,5 FH:20,1
SZH:46,1 CK:5 SÓ:2,85Sertés fasírtgolyó
Lencsefőzelék (1,7,10)
Félbarna kenyér (1)Allergének:
1,7,10EN:678
ZS:22,8 TZS:7,2 FH:40,1
SZH:72,9 CK:8,4 SÓ:2,42Sült csirkecomb
Franciasaláta (3,7,10,12)
Félbarna kenyér (1)Allergének:
1,3,7,10,12EN:932
ZS:60,1 TZS:8,2 FH:40,9
SZH:50 CK:16,9 SÓ:2,7Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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

