

Budapest

Apáczai Gimnázium és Kollégium

2025. 11. 10.–2025. 11. 14.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

VACSORA

Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Hamisgulyás (1,3,9,12)
Nudli (1)
Mák szórát
Vaníliás öntet (7)Allergének:
1,3,7,9,12EN:1017
ZS:21,2
SZH:149,1
TZS:4,3
CK:46,2
FH:22,1
SÓ:2,58Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Húsgombóc (1)
Paradicsommártás (1,9)
Főtt burgonya (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,9,12EN:726
ZS:24
SZH:93,9
TZS:6
CK:27,3
FH:26,9
SÓ:1,83Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Magyaros karfiolleves (1,3)
Hentes sertéstokány (1,10,12)
Szarvacska tészta (1)Allergének:
1,3,10,12EN:685
ZS:25,1
SZH:84,7
TZS:6,9
CK:7,9
FH:28
SÓ:1,56Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Daragaluska leves (1,3,9,12)
Sertés fasírtgolyó
Sárgaborsófőzelék (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,9,12EN:725
ZS:22,8
SZH:79,6
TZS:5,9
CK:2
FH:39,5
SÓ:2,58Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Fahéjas almaleves (1,7,12)
Panírozott halfilé (1,4,7,10)
Párolt rizs
Párolt sárgarépa 1/2Allergének:
1,4,7,10,12EN:678
ZS:20,4
SZH:101,5
TZS:3,1
CK:31,8
FH:20,3
SÓ:2,1Hamisgulyás (1,3,9,12)
Amerikai sajtos tészta (1,7)
AlmaAllergének:
1,3,7,9,12EN:729
ZS:25,8
SZH:95
TZS:10
CK:22,6
FH:24,5
SÓ:1,36Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Bakonyi csirkeragu (1,7)
Párolt rizsAllergének:
1,3,7,9,12EN:695
ZS:23,1
SZH:86,5
TZS:5,4
CK:4,7
FH:27,9
SÓ:1,77Magyaros karfiolleves (1,3)
Natúr sertésszelet karajból
Pecsényel (1,12)
Tört burgonya (12)
Cékla savanyúság (10)Allergének:
1,3,10,12EN:541
ZS:12,9
SZH:68,4
TZS:0,4
CK:8,5
FH:24,4
SÓ:3,68Daragaluska leves (1,3,9,12)
Baconös csirkemáj (1)
Bulgur (1)
Csemegeuborka (10,12)Allergének:
1,3,9,10,12EN:728
ZS:21,5
SZH:84
TZS:5,2
CK:7,1
FH:39,3
SÓ:3,23Fahéjas almaleves (1,7,12)
Fokhagymás sertés aprópecsenye (1)
Pirított burgonya (12)
Csalamádé (10,12)Allergének:
1,7,10,12EN:721
ZS:26,3
SZH:93,8
TZS:5,8
CK:32,8
FH:19,9
SÓ:2,11Temesvári sertésragu (1,7)
Párolt rizsAllergének:
1,7EN:696
ZS:32,2
SZH:76,1
TZS:10,2
CK:2,6
FH:23,9
SÓ:0,62

Ázsiai csirkehúsos tészta (1,6,12)

Allergének:
1,6,12EN:487
ZS:7,4
SZH:71,8
TZS:0,6
CK:7,7
FH:27,9
SÓ:2,26Rántott csirkemell (1)
Zöldszéles rizs
Csalamádé (10,12)Allergének:
1,10,12EN:620
ZS:17,7
SZH:91,3
TZS:2,4
CK:3,2
FH:21,6
SÓ:3,47Székelykáposzta (1,7,12)
Tejföl (7)Allergének:
1,7,12EN:410
ZS:30
SZH:13,8
TZS:13,3
CK:6
FH:19,6
SÓ:3,12Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
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. 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!**

