

Budapest

Apáczai Gimnázium és Kollégium

2024. 09. 09.–2024. 09. 15.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
REGGELI	<p>Tej Kakaós csiga Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:928 ZS: 35 TZS: 20 FH: 24 SZH:124,6 CK:36,1 SÓ: 2,87</p>	<p>Gyümölcs tea Vajás pogácsa Sajtszelet Margarin Félbarna kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 788 ZS: 22,2 TZS: 11,6 FH: 25,7 SZH:119 CK: 18 SÓ: 2,97</p>	<p>Gyümölcs tea Póréhagymás túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 361 ZS: 5 TZS: 2,7 FH:14,2 SZH:61,8 CK: 11,3 SÓ: 1,53</p>	<p>Tej Szamóca extra dzsem Margarin Félbarna kenyér Sertés párizsi Margarin Császárszemele Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 905 ZS: 23,5 TZS: 10,4 FH: 29,3 SZH:142,9 CK: 35,3 SÓ: 3,87</p>	<p>Gyümölcs tea Petrezselymes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika Kockasajt Kifli Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 828 ZS: 19,7 TZS: 9,3 FH: 25,7 SZH: 129,4 CK: 25,9 SÓ: 4,17</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
EBÉD	<p>Zöldsgékrémleves Pirított zsemlekocka Sertéspörkölt Szarvacskas tészta Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10</p> <p>EN:843 ZS: 30,3 TZS: 8,5 FH: 36 SZH:104,1 CK:15,4 SÓ: 2,29</p>	<p>Zöldborsóleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 759 ZS: 25,6 TZS: 6,5 FH: 28,9 SZH:96,6 CK: 27,5 SÓ: 2,03</p>	<p>Almás szilvakrémleves Panírozott halrúd Főtt burgonya Coleslaw</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,10,12</p> <p>EN: 1056 ZS: 33,9 TZS: 4,4 FH:28,1 SZH:157,3 CK: 50,2 SÓ: 3,09</p>	<p>Daragaluska leves Sertésfasírt Sárgaborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Szőlő</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 890 ZS: 30,5 TZS: 8,4 FH: 39,9 SZH:102,6 CK: 20,5 SÓ: 2,67</p>	<p>Hamisgulyás Dejós morzsás nudli Vaníliás öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 995 ZS: 18,1 TZS: 2,5 FH: 24,7 SZH: 149,1 CK: 35,3 SÓ: 2,74</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
VACSORA	<p>Fűszeres csirke csíkok Pirított burgonya Friss saláta Joghurt öntet</p> <p><u>Allergének:</u> 7,12</p> <p>EN:734 ZS: 39,4 TZS: 5,3 FH: 28,2 SZH:58,6 CK:4,1 SÓ: 0,83</p>	<p>Mézes mustáros csirkeragu Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10</p> <p>EN: 663 ZS: 21,1 TZS: 3,5 FH: 28 SZH:89,8 CK: 15,5 SÓ: 0,66</p>	<p>Paprikás burgonya virsliivel Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 10,12</p> <p>EN: 468 ZS: 20,2 TZS: 8,6 FH:17,5 SZH:48,8 CK: 5,2 SÓ: 3,89</p>	<p>Bakonyi csirkeragu Bulgur</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 607 ZS: 20,9 TZS: 5,8 FH: 28,8 SZH:65,2 CK: 2,6 SÓ: 0,68</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztyszennyeződéssel 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. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést 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 PÉTEK** fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.