

Budapest

Apáczai Gimnázium és Kollégium

2025. 03. 17.–2025. 03. 23.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
REGGELI	Tej Kakaós csiga Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika			Epres joghurt Kifli Sajtszelet Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek			Gyümölcsstea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Gépsonka Margarin Zsemle Kígyóuborka			Tej Szamóca extra dzsem Margarin Félbarna kenyér Sertéspárizsi Margarin Császárszemle Jégcsapretek			Gyümölcsstea Petrezselymes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika Kockasajt Kifli Alma			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>		
	<u>Allergének:</u> 1,3,7			<u>Allergének:</u> 1,7			<u>Allergének:</u> 1,7,12			<u>Allergének:</u> 1,6,7			<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>		
	EN:893 ZS: 31,1 SZH:122,2	TZS: 17,2 CK:35,4	FH: 22,1 SÓ: 2,71	EN: 796 ZS: 17,4 SZH:125	TZS: 9,5 CK: 22,1	FH: 30,3 SÓ: 3,45	EN: 735 ZS: 11,3 SZH:123,1	TZS: 4,2 CK: 13,2	FH:28,4 SÓ: 4,05	EN: 903 ZS: 21,9 SZH:142,5	TZS: 9,4 CK: 34,2	FH: 28,3 SÓ: 3,81	EN: 841 ZS: 21 SZH: 129,4	TZS: 9,5 CK: 26	FH: 25,8 SÓ: 4,17	EN: ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:	EN: ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:
EBÉD	Almalé 100%-os Sertéspörkölt Orsó tészta Cékla savanyúság			Zöldborsóleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér			Őszibarack kréMLEVES Panírozott halfilé Petrezselymes rizs Tavaszi saláta			Daragaluska leves Sertés fasírtgolyó Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér			Hamisgulyás Mákos nudli Vaníliás öntet			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>		
	<u>Allergének:</u> 1,10			<u>Allergének:</u> 1,3,9,12			<u>Allergének:</u> 1,4,7,10,12			<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12			<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>		
	EN:786 ZS: 25,7 SZH:110,7	TZS: 5,8 CK:34,5	FH: 26,7 SÓ: 1,9	EN: 726 ZS: 24 SZH:93,9	TZS: 6 CK: 27,3	FH: 26,9 SÓ: 1,83	EN: 863 ZS: 24,2 SZH:137,8	TZS: 3 CK: 37,7	FH:22,6 SÓ: 3,76	EN: 756 ZS: 25 SZH:84	TZS: 7,4 CK: 9,1	FH: 42,5 SÓ: 2,95	EN: 1183 ZS: 31,9 SZH: 159,8	TZS: 5,6 CK: 49,8	FH: 27,9 SÓ: 2,59	EN: ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:	EN: ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:
VACSORA	Grillfűszeres csirkemell Pírtott burgonya Cékla savanyúság			Hentes sertéstopokány Tarhonya			Dubarry sertésszelet Tört burgonya			Bakonyi csirkeragu Bulgur			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>		
	<u>Allergének:</u> 10,12			<u>Allergének:</u> 1,10,12			<u>Allergének:</u> 1,7,12			<u>Allergének:</u> 1,7			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>		
	EN:575 ZS: 19 SZH:60,1	TZS: 2,2 CK:6,2	FH: 34,7 SÓ: 2,72	EN: 584 ZS: 23,8 SZH:66,9	TZS: 6,7 CK: 6,2	FH: 24,4 SÓ: 1,4	EN: 242 ZS: 0,5 SZH:47,3	TZS: 0 CK: 0	FH:6,4 SÓ: 0,17	EN: 564 ZS: 19,3 SZH:65	TZS: 5,4 CK: 2,6	FH: 22,1 SÓ: 0,86	EN: ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:	EN: ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:	EN: ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűk. 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.