

Budapest

Apáczai Gimnázium és Kollégium

2026. 02. 09.–2026. 02. 13.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

REGGELI

EBÉD A

EBÉD B

EBÉD C

VACSORA

Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Kertészleves (1,12)
Borsos sertéstokány (1)
Bulgur (1)
Csemegeuborka (10,12)Allergének:
1,10,12EN:702
ZS:28,2
SZH:76,8
TZS:7,7
CK:8,4
FH:24,5
SÓ:2,74Allergének: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:Bableves füstölt hússal (1,3,9)
Mák szórát
Hosszúmetélt (1)
AlmaAllergének:
1,3,9EN:800
ZS:26,9
SZH:113,7
TZS:3,9
CK:33,9
FH:30,2
SÓ:1,58Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12)
Panírozott zöldséggolyó (1,3,7)
Tört burgonya (12)
Cékla savanyúság (10)Allergének:
1,3,7,9,10,12EN:615
ZS:11,9
SZH:97
TZS:1,5
CK:9
FH:18,2
SÓ:3,56Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Almalé 100%-os
Kukorica morzsás csirkemell csík (1)
Petrezselymes rizs
Tavaszi saláta (10,12)Allergének:
1,10,12EN:842
ZS:24,1
SZH:125
TZS:3,4
CK:29,7
FH:31
SÓ:4,37Kertészleves (1,12)
Parajos penne sajttal sültve (1,7)Allergének:
1,7,12EN:529
ZS:18,1
SZH:68,8
TZS:4,5
CK:8,1
FH:20,9
SÓ:0,99Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Édes-savanyú csirkeragu (6,12)
Párolt rizsAllergének:
1,3,6,9,12EN:688
ZS:17
SZH:101
TZS:1,8
CK:18,1
FH:26,4
SÓ:2,45Bableves füstölt hússal (1,3,9)
Tejbedara (1,7)
Kakaós szórát
AlmaAllergének:
1,3,7,9EN:632
ZS:20,6
SZH:88,6
TZS:8,4
CK:51,2
FH:27,2
SÓ:2,12Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12)
Amerikai sajtos tészta (1,7)Allergének:
1,3,7,9,12EN:644
ZS:25,5
SZH:77,2
TZS:10
CK:12,6
FH:23,4
SÓ:1,93Almalé 100%-os
Harcsapaprikás (1,4,7)
Galuska (1,3)Allergének:
1,3,4,7EN:731
ZS:19,4
SZH:103,9
TZS:5,9
CK:24,3
FH:31,1
SÓ:0,7Kertészleves (1,12)
Babragu
Bulgur (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,12EN:551
ZS:9,3
SZH:88
TZS:1
CK:8,6
FH:22,1
SÓ:0,97Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Sajtkrémés zöldségragu (1,7)
Spagetti (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,7,9,12EN:617
ZS:16,4
SZH:91,8
TZS:4,1
CK:9,7
FH:23,2
SÓ:1,25Bableves füstölt hússal (1,3,9)
Palacsintás zöldséglepény (1,3,7)
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,7,9EN:523
ZS:22,9
SZH:48,7
TZS:6,4
CK:16,6
FH:32,2
SÓ:2,3Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12)
Mediterrán zöldséges bulgur (1,9)
Sajt szórát (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,7,9,12EN:704
ZS:20,8
SZH:91
TZS:7,2
CK:10,4
FH:24,1
SÓ:1,61Almalé 100%-os
Francia lecsó
Petrezselymes rizs
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1EN:597
ZS:12,5
SZH:107,3
TZS:1,8
CK:28,9
FH:11,1
SÓ:0,86Sertésflekken
Burgonyapüré (7,12)
KáposztasalátaAllergének:
7,12EN:623
ZS:23,3
SZH:58,7
TZS:3,2
CK:4,9
FH:30,5
SÓ:3,31

Rakott karfiol (1,7)

Allergének:
1,7EN:469
ZS:28,9
SZH:31,4
TZS:8,9
CK:5,2
FH:19
SÓ:0,2Csirkés paella
Csemegeuborka (10,12)Allergének:
10,12EN:613
ZS:22,6
SZH:68,8
TZS:5,4
CK:8,1
FH:32
SÓ:2,48Lecsós virsli (1)
Tarhonya (1)Allergének:
1EN:700
ZS:34,3
SZH:72,8
TZS:11,5
CK:9,2
FH:24
SÓ:3,25Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

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. 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 csökkent-
hetjük környezeti lábnyomunkat.
**TUDJ MEG TÖBBET A HETI
EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!**

