

Budapest

Apáczai Gimnázium és Kollégium

2026. 05. 11.–2026. 05. 15.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

REGGELI

Allergének:EN:
ZS:
SZH:TZS:
CK:FH:
SÓ:Brokkolikrémleves (1,7,12)
Pirított zsemlecocka (1)
Pincepörkölt (12)
Csalamádé (10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:

1,7,10,12

EN:664
ZS:20,6
SZH:85,5EN:
ZS:
SZH:TZS:
CK:FH:
SÓ:Bableves (1,3,9)
Paradicsomos tonhalas ragu (4)
Spagetti (1)
Sajt szórat (7)Allergének:

1,3,4,7,9

EN:909
ZS:31,8
SZH:105,1EN:
ZS:
SZH:TZS:
CK:FH:
SÓ:Tejfölös burgonyaleves (1,7,9,12)
Túrótöltelikes gombóc (1,7)
Porcukor szórat
AlmaAllergének:

1,7,9,12

EN:921
ZS:18,8
SZH:161,2EN:
ZS:
SZH:TZS:
CK:FH:
SÓ:Tojásleves (1,3)
Paradicsomos húsos káposzta (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:

1,3

EN:483
ZS:22,9
SZH:46,9EN:
ZS:
SZH:TZS:
CK:FH:
SÓ:Kukorica galuska leves (3,9)
Natúr sertésszelet karajból
Sajtmártás (7,12)
Petrezselymes rizsAllergének:

3,7,9,12

EN:820
ZS:30,8
SZH:97,7

EBÉD A

Brokkolikrémleves (1,7,12)
Pirított zsemlecocka (1)
Édes-savanyú csirkeragu (6,12)
Párolt rizsAllergének:

1,6,7,12

EN:715
ZS:17,2
SZH:106,1Bableves (1,3,9)
Sertéshúsogolyó (1,3)
Burgonyapüré (7,12)
KáposztasalátaAllergének:

1,3,7,9,12

EN:859
ZS:32,3
SZH:108,9Tejfölös burgonyaleves (1,7,9,12)
Gombapörkölt (1)
Bulgur (1)
AlmaAllergének:

1,7,9,12

EN:725
ZS:23,9
SZH:95,3Tojásleves (1,3)
Parajos csirkehúsos teljes kiőrlésű penne (1,3,7)Allergének:

1,3,7

EN:654
ZS:28,4
SZH:57,1Kukorica galuska leves (3,9)
Reszelt csirkemáj
Tört burgonya (12)
Csemegeuborka (10,12)Allergének:

3,9,10,12

EN:645
ZS:18,5
SZH:77,3

EBÉD B

Brokkolikrémleves (1,7,12)
Pirított zsemlecocka (1)
Tejföl (7)
Reszelt sajt (7)
Fodros metélt (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:

1,7,12

EN:753
ZS:31,2
SZH:84,5Bableves (1,3,9)
Mediterrán zöldséges bulgur (1,9)
Sajt szórat (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:

1,3,7,9

EN:864
ZS:24,8
SZH:113Tejfölös burgonyaleves (1,7,9,12)
Tejbedara (1,7)
Kakaós szórat
Mandarin
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:

1,7,9,12

EN:653
ZS:17,6
SZH:100,8Tojásleves (1,3)
Rántott karfiol (1)
Pritaminos rizs
Tartármártás (3,7,10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:

1,3,7,10

EN:965
ZS:46,1
SZH:114,2Kukorica galuska leves (3,9)
Zöldséges kölesfelfűjt (3,7)
Sajtmártás (7,12)Allergének:

3,7,9,12

EN:552
ZS:22,1
SZH:65

EBÉD C

Dino szelet (1)
Zöldbabfőzelék (1,7)
Félbarna kenyér (1)Allergének:

1,7

EN:661
ZS:19,7
SZH:87,6Zöldséges rizseshús
Csemegeuborka (10,12)Allergének:

10,12

EN:567
ZS:16
SZH:74,9Borsos sertéstokány (1)
Orsó tészta (1)
Csemegeuborka (10,12)Allergének:

1,10,12

EN:711
ZS:28,3
SZH:86Rántott csirkemell (1)
Burgonyapüré (7,12)
Cékla savanyúság (10)Allergének:

1,7,10,12

EN:606
ZS:16,3
SZH:86,7EN:
ZS:
SZH:TZS:
CK:FH:
SÓ:

Az ételsorokról az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokról keresztzennyezéssel 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. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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!

