

Budapest

Apáczai Gimnázium és Kollégium

2022.09.26.–2022.10.02.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
REGGELI	<p>Tej Kenőmájás Csokis gabonagolyó Teljes kiőrlésű zsemle Kigyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,10</p> <p>EN:711 ZS: 18,2 TZS: 3 FH: 23,3 SZH:105,9 CK:30,2 SÓ: 2,3</p>	<p>Gyümölcsstea Zala felvágott Margarin Vajkrém Zsemle Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 843 ZS: 24,9 TZS: 11,3 FH: 23,2 SZH:125 CK: 12,8 SÓ: 4,6</p>	<p>Gyümölcsstea Trappista sajtszelet Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Csemege szalámi Félbarna kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 835 ZS: 25,6 TZS: 12,2 FH:29,1 SZH:116,9 CK: 10,8 SÓ: 4,6</p>	<p>Tej Méz Margarin Félbarna kenyér Soproni felvágott Zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 904 ZS: 17 TZS: 6,6 FH: 28,6 SZH:150,7 CK: 38,7 SÓ: 4,4</p>	<p>Gyümölcsstea Olasz felvágott Margarin Zsemle Natúr joghurt Kíflí</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 817 ZS: 19,1 TZS: 7,5 FH: 26,6 SZH: 128,4 CK: 18,5 SÓ: 3,4</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>Lebbencsleves Dijoni sertésragu Párolt rizs Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,10,12</p> <p>EN:883 ZS: 34,4 TZS: 9,9 FH: 29,9 SZH:109,7 CK:15,2 SÓ: 0,8</p>	<p>Pikáns karfiolkremleves Pírtott napraforgómag Bazsalikomos paradicsommártás Spagetti Reszelt sajt</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 861 ZS: 37,3 TZS: 10,2 FH: 31,8 SZH:96,6 CK: 16,1 SÓ: 1,4</p>	<p>Gulyásleves Darás metélt Sárgabarack extra dzsem Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 1051 ZS: 29,3 TZS: 6,5 FH:34,2 SZH:157,6 CK: 28,6 SÓ: 1</p>	<p>Citromos kerti leves Sült virsli Sárgabarackfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,9,12</p> <p>EN: 903 ZS: 38,2 TZS: 10,7 FH: 34,8 SZH:91,8 CK: 2,7 SÓ: 4,3</p>	<p>Csontleves Temesvári sertésragu Pritaminos rizs Vitaminsaláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 785 ZS: 31,8 TZS: 10,2 FH: 27,1 SZH: 91,5 CK: 14,3 SÓ: 3,2</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>Székelykáposzta Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:502 ZS: 24,4 TZS: 9,3 FH: 22,5 SZH:43,3 CK:4 SÓ: 4</p>	<p>Pritaminos sertésragu Petrezselymes rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 677 ZS: 28,5 TZS: 7 FH: 23,1 SZH:80 CK: 5,7 SÓ: 0,2</p>	<p>Gombapaprikás Galuska Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 733 ZS: 18,5 TZS: 5,8 FH:21,5 SZH:113,4 CK: 1,4 SÓ: 1,3</p>	<p>Sertésflekken Hagymás tört burgonya fél adag Párolt káposzta</p> <p><u>Allergének:</u> 12</p> <p>EN: 653 ZS: 40,1 TZS: 9,8 FH: 23 SZH:47 CK: 13 SÓ: 0,1</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 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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet 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.