

Budapest

Apáczai Gimnázium és Kollégium

2025. 03. 24.–2025. 03. 30.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap											
REGGELI	Kakaós tej Foszlós kalács Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma  <u>Allergének:</u> 1,3,7			Vaníliás tej Margarin Kifli Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7			Gyümölcs tea Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Sajtszelet Margarin Császárszemle Kigyóborka <u>Allergének:</u> 1,6,7,12			Gyümölcs tea Sajtkrém Zsemle Jégcsapretek Csemege szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,12			Gyümölcs tea Barackos túrókrém Zsemle Sajtos rúd Alma  <u>Allergének:</u> 1,3,7,12			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>											
	EN:911	EN:792	EN:869	EN:781	EN:814	EN:	EN:	ZS:25,3	TZS:10,8	FH:29,2	ZS:11,6	TZS:4,4	FH:29,8	ZS:27,1	TZS:13,8	FH:32,2	ZS:17,3	TZS:6,1	FH:24,8	ZS:19,8	TZS:10	FH:20,5	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:		
	SZH:134,7	CK:41,5	SÓ:3,31	SZH:133,6	CK:28,9	SÓ:4,04	SZH:120,9	CK:12,8	SÓ:4,18	SZH:124,6	CK:12,3	SÓ:4,11	SZH:133,4	CK:28,4	SÓ:3,41	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:
EBÉD	Almalé 100%-os Bácskai rizseshús Csemegeborka  <u>Allergének:</u> 10,12			Lebbencsleves Virslí Babfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér  <u>Allergének:</u> 1,7,12			Paradicsomleves Rántott csirkemell Petrezselymes burgonya Káposztasaláta  <u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12			Nyírségi gombóclevés Darás metélt Eperöntet  <u>Allergének:</u> 1,7,12			Zöldségleves Főtt tojás Parajmártás Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér Gesztenyerúd  <u>Allergének:</u> 1,3,7,12			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>											
	EN:714	EN:897	EN:863	EN:764	EN:595	EN:	EN:	ZS:27,3	TZS:7,2	FH:19	ZS:41,8	TZS:15,4	FH:38,3	ZS:15,7	TZS:2	FH:43,3	ZS:18,8	TZS:4,1	FH:25,3	ZS:16,8	TZS:5,9	FH:25,5	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:		
	SZH:96,1	CK:29,4	SÓ:2,11	SZH:87,5	CK:3,9	SÓ:4,31	SZH:129	CK:25,7	SÓ:2,38	SZH:121,6	CK:26,9	SÓ:0,89	SZH:71,5	CK:11,1	SÓ:1,49	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:
VACSORA	Pulykapörkölt Galuska  <u>Allergének:</u> 1,3			Barbecue csirkeragu Párolt rizs  <u>Allergének:</u> 1,6,12			Pásztortarhonya Cékla savanyúság  <u>Allergének:</u> 1,10,12			Bácskai rizseshús Csemegeborka  <u>Allergének:</u> 10,12			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>			<u>Allergének:</u>											
	EN:588	EN:589	EN:651	EN:624	EN:	EN:	ZS:15	TZS:2,5	FH:31,2	ZS:18,6	TZS:3,8	FH:27,5	ZS:26,4	TZS:7,8	FH:27,8	ZS:27,3	TZS:7,2	FH:19	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:	ZS:	TZS:	FH:
	SZH:80,4	CK:1,6	SÓ:0,4	SZH:77	CK:4,2	SÓ:1,59	SZH:66,5	CK:7	SÓ:2,47	SZH:73,9	CK:7,2	SÓ:2,11	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:	SZH:	CK:	SÓ:

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. 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 PÉNTEK  
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.