

Budapest

Apáczai Gimnázium és Kollégium

2023. 03. 27.–2023. 04. 02.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
REGGELI	<p>Tej Briós Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN:844 ZS: 25 TZS: 14 FH: 25,2 SZH:122 CK:22,1 SÓ: 3</p>	<p>Gyümölcsstea Csirkemell sonka Margarin Zsemle Trappista sajt Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 806 ZS: 18,3 TZS: 8,9 FH: 31,8 SZH:123,5 CK: 11,4 SÓ: 4,6</p>	<p>Gyümölcsstea Zöldfűszeres sajtkrém Félbarna kenyér Füstölt baromfi párizsi Margarin Zsemle Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 772 ZS: 17,6 TZS: 6,9 FH:22,3 SZH:124,8 CK: 13,2 SÓ: 4,6</p>	<p>Vaníliás tej Kakaós foszlós kalács Olasz felvágott Margarin Félbarna kenyér Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 907 ZS: 23,4 TZS: 9,8 FH: 27,7 SZH:138,5 CK: 34,5 SÓ: 3,8</p>	<p>Gyümölcsstea Petrezselymes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika Kockasajt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 802 ZS: 21,8 TZS: 9,6 FH: 25,1 SZH: 119,4 CK: 15,9 SÓ: 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>Kakukkfűves hagymakrémleves Paprikás burgonya virslivel Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN:782 ZS: 23,8 TZS: 8,6 FH: 19,4 SZH:75,6 CK:7,9 SÓ: 3,2</p>	<p>Gyümölcsleves Budapest sertésragu Párolt rizs Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 864 ZS: 28,1 TZS: 8 FH: 27,1 SZH:123,6 CK: 38,2 SÓ: 2,1</p>	<p>Lencseleves Túrós csusza Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 902 ZS: 28,1 TZS: 12,3 FH:41,5 SZH:127,8 CK: 15,8 SÓ: 2,9</p>	<p>Csontleves Paradicsomos húsos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 790 ZS: 23,4 TZS: 6,3 FH: 24,7 SZH:74,3 CK: 12,7 SÓ: 2</p>	<p>Zöldségkrémleves Leves gyöngy Currys csirkeragu Mexikói rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10</p> <p>EN: 702 ZS: 21,7 TZS: 7 FH: 33,3 SZH: 91,9 CK: 7,6 SÓ: 0,6</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>Milánói ragu Makaróni tészta Sajt szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:657 ZS: 24,4 TZS: 9,2 FH: 32,7 SZH:75,5 CK:16,8 SÓ: 3</p>	<p>Budapest sertésragu Párolt rizs Csemegeuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN: 685 ZS: 27,5 TZS: 7,7 FH: 25,1 SZH:82,4 CK: 6,5 SÓ: 2,1</p>	<p>Pásztortarhonya Tavaszi saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN: 675 ZS: 26,8 TZS: 7,9 FH:27,8 SZH:72,9 CK: 9,4 SÓ: 2,7</p>	<p>Csöben sült zöldbab csirkehússal Petrezselymes rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 552 ZS: 26,3 TZS: 7,2 FH: 27,4 SZH:48,6 CK: 1,9 SÓ: 0,6</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 vizsgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet 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.