

Budapest

Apáczai Gimnázium és Kollégium

2025. 05. 12.–2025. 05. 18.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
REGGELI	Gyümölcsstea (12) Sajtos pogácsa (1,3,7,12) Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN:742 ZS:23,8 TZS:10,2 FH:19,9 SZH:107,4 CK:11,5 SÓ:4,35	Tej (7) Méz Margarin Félbarna kenyér (1) Vajkrém (7) Zsemle (1) Kígyóuborka <u>Allergének:</u> 1,7 EN:830 ZS:13,8 TZS:6,7 FH:25,8 SZH:148,5 CK:39,3 SÓ:3,2	Tejeskávé (7) Briós (1,3,7) Füstölt pulykapárizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:968 ZS:24,6 TZS:10,5 FH:27,9 SZH:149,9 CK:39,6 SÓ:3,52	Gyümölcsstea (12) Sajtkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom Paprikás szalámi Margarin Zsemle (1) <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN:785 ZS:17,1 TZS:6,1 FH:25,4 SZH:125,3 CK:12,3 SÓ:3,94	Gyümölcsstea (12) Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka Piros gyümölcsös joghurt (7) Kifli (1,7) <u>Allergének:</u> 1,7,12 EN:806 ZS:16,2 TZS:5,7 FH:25,5 SZH:132,6 CK:27,4 SÓ:3,62	Kakaós tej (7) Margarin Kifli (1,7) Sajtszelet (7) Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,7 EN:884 ZS:20,3 TZS:11,2 FH:34,5 SZH:131,7 CK:29,4 SÓ:3,78	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
	Almalé 100%-os Zöldséges rizseshús Csemegeuborka (10,12) <u>Allergének:</u> 10,12 EN:657 ZS:16 TZS:1,6 FH:25,1 SZH:97,1 CK:28,2 SÓ:2,54	Köménymagleves (1) Pirított zsemlekocka (1) Főtt tojás (3) Zöldborsófőzelék (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma <u>Allergének:</u> 1,3,7 EN:649 ZS:18,3 TZS:4,6 FH:30,7 SZH:76,6 CK:26,3 SÓ:1,16	Zöldségleves (1,3,12) Párolt sertésszelet, karajból Meggy mártás (1,7) Főtt burgonya (12) <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN:570 ZS:13,9 TZS:1,1 FH:23,8 SZH:77,6 CK:35,2 SÓ:2,08	Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9) Túrótöltelikes gombóc (1,7) Vaníliás tejföl (7) <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN:1054 ZS:29 TZS:9,9 FH:35,7 SZH:157,5 CK:26,2 SÓ:2,15	Fokhagyma krémleves (1,7,12) Leves gyöngy (1,3,7) Bolognai sertésragu (9) Penne tészta (1) Sajt szórát (7) <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN:972 ZS:42,5 TZS:15,1 FH:41,9 SZH:103,3 CK:15,4 SÓ:1,6	Csontleves (1,3,9,12) Sertéspörkölt (1) Zöldborsófőzelék (1,7) Félbarna kenyér (1) <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN:446 ZS:18,9 TZS:5,7 FH:18,6 SZH:48,8 CK:6,4 SÓ:1,3	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
	Rakott burgonya (3,6,7,12) Cékla savanyúság (10) <u>Allergének:</u> 3,6,7,10,12 EN:661 ZS:30,3 TZS:12,4 FH:20,9 SZH:57,5 CK:8,6 SÓ:3,13	Kukoricás csirkeragu (1,7) Párolt rizs <u>Allergének:</u> 1,7 EN:636 ZS:21,7 TZS:7,2 FH:31,1 SZH:78,6 CK:3,7 SÓ:1,77	Sajtos-tejfölös farfale (1,7) <u>Allergének:</u> 1,7 EN:633 ZS:28,9 TZS:14,7 FH:26,4 SZH:66,6 CK:5,7 SÓ:0,95	Sertésragu Jóaszony módra (1) Tört burgonya (12) <u>Allergének:</u> 1,12 EN:476 ZS:15,6 TZS:5,7 FH:20 SZH:56,4 CK:1,4 SÓ:0,81	Rántott karfiol (1) Petrezselymes rizs Tartármártás (3,7,10) <u>Allergének:</u> 1,3,7,10 EN:905 ZS:40,4 TZS:8 FH:17,3 SZH:116,1 CK:12,3 SÓ:2,34	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	<u>Allergének:</u> EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:
	VACSORA						

Allergénjelölés magyarázata: 1. Glutén 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-mag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Az ételek allergéntartalmáról kérjük érdeklődj a kiszolgálószemélyzetnél! Az ételapváltoztatás jogát fenntartjuk, ennek kapcsán elnézését kérjük, megértésed köszönjük. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számitott 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 (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



A **HÜSMENTES NAP**
fenntarthatósági program a