

Budapest

Apáczai Gimnázium és Kollégium

2026. 06. 01.–2026. 06. 05.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

REGGELI

EBÉD A

EBÉD B

EBÉD C

VACSORA

| | HÉTFŐ | KEDD | SZERDA | CSÜTÖRTÖK | PÉNTEK | | | | | |
|----------------|--|---|--|--|---|--|-------------------------------|---|--------------------------------|--|
| REGGELI | Allergének: | | | | | | | | | |
| | EN: ZS: SZH: | TZS: CK: FH: SÓ: | EN: ZS: SZH: | TZS: CK: FH: SÓ: | EN: ZS: SZH: | TZS: CK: FH: SÓ: | | | | |
| EBÉD A | Zellerkrémleves (1,7,9,12) Pirított zsemlekocka (1) Borsos sertéstokány (1) Bulgur (1) Csemegeuborka (10,12) Allergének: 1,7,9,10,12 | Zöldborsóleves (1,3,9,12) Húsgombóc (1) Paradicsommártás (1,9) Főtt burgonya (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,9,12 | Bableves füstölt hússal (1,3,9) Mák szórát Hosszúmetélt (1) Félbarna kenyér (1) Alma Allergének: 1,3,9 | Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12) Panírozott zöldséggolyó (1,3,7) Tört burgonya (12) Cékla savanyúság (10) Allergének: 1,3,7,9,10,12 | Pikáns karfiolkrémleves (1,7,12) Leves gyöngy (1,3,7) Kukorica morzsás csirkemell csík (1) Petrezselymes rizs Káposztasaláta Allergének: 1,3,7,12 | | | | | |
| | EN:777 ZS:29,1 SZH:89,5 | TZS:8,7 CK:9,4 FH:26,6 SÓ:2,68 | EN:726 ZS:24 SZH:93,9 | TZS:6 CK:27,3 FH:26,9 SÓ:1,83 | EN:874 ZS:27,3 SZH:129 | TZS:4 CK:34,3 FH:32,3 SÓ:1,97 | EN:615 ZS:11,9 SZH:97 | TZS:1,5 CK:9 FH:18,2 SÓ:3,56 | EN:864 ZS:29,9 SZH:113,2 | TZS:6,3 CK:6,4 FH:35,6 SÓ:4,1 |
| EBÉD B | Zellerkrémleves (1,7,9,12) Pirított zsemlekocka (1) Amerikai sajtos tészta (1,7) Allergének: 1,7,9,12 | Zöldborsóleves (1,3,9,12) Édes-savanyú csirkeragu (6,12) Párolt rizs Allergének: 1,3,6,9,12 | Bableves füstölt hússal (1,3,9) Tejbedara (1,7) Kakaós szórát Alma Allergének: 1,3,7,9 | Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12) Parajos penne sajttal sütve (1,7) Allergének: 1,3,7,9,12 | Pikáns karfiolkrémleves (1,7,12) Színes levesgyöngy (1,3,7) Harcspaprikás (1,4,7) Galuska (1,3) Allergének: 1,3,4,7,12 | | | | | |
| | EN:690 ZS:25,4 SZH:85,9 | TZS:10,9 CK:13,8 FH:24,8 SÓ:1,6 | EN:688 ZS:17 SZH:101 | TZS:1,8 CK:18,1 FH:26,4 SÓ:2,45 | EN:632 ZS:20,6 SZH:88,6 | TZS:8,4 CK:51,2 FH:27,2 SÓ:2,12 | EN:557 ZS:19,1 SZH:72,9 | TZS:4,6 CK:7,9 FH:21,5 SÓ:1,27 | EN:776 ZS:25,3 SZH:97,2 | TZS:7,5 CK:4,5 FH:35,5 SÓ:1 |
| EBÉD C | Zellerkrémleves (1,7,9,12) Pirított zsemlekocka (1) Babragu Bulgur (1) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,7,9,12 | Zöldborsóleves (1,3,9,12) Sajtkrém zöldségragu (1,7) Spagetti (1) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,9,12 | Bableves füstölt hússal (1,3,9) Palacsintás zöldséglepény (1,3,7) Alma Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,9 | Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12) Mediterrán zöldséges bulgur (1,9) Sajt szórát (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Allergének: 1,3,7,9,12 | Pikáns karfiolkrémleves (1,7,12) Leves gyöngy (1,3,7) Burgonyás tészta (1,12) Csemegeuborka (10,12) Allergének: 1,3,7,10,12 | | | | | |
| | EN:625 ZS:10,2 SZH:100,7 | TZS:2 CK:9,6 FH:24,2 SÓ:0,91 | EN:634 ZS:16,6 SZH:95,9 | TZS:4,1 CK:7,3 FH:22,2 SÓ:1,19 | EN:523 ZS:22,9 SZH:48,7 | TZS:6,4 CK:16,6 FH:32,2 SÓ:2,3 | EN:704 ZS:20,8 SZH:91 | TZS:7,2 CK:10,4 FH:24,1 SÓ:1,61 | EN:665 ZS:20,3 SZH:97,3 | TZS:4,6 CK:11 FH:19 SÓ:2,68 |
| VACSORA | Sertés fasírtgolyó Finomfőzelék (1,7) Félbarna kenyér (1) Allergének: 1,7 | Roston sült csirkemell Majonéz csirkemell saláta (3,7,10,12) Félbarna kenyér (1) Allergének: 1,3,7,10,12 | Sertésflekken Petrezselymes burgonya (12) Tavaszi saláta (10,12) Allergének: 10,12 | Kolbásos lecsó (1,6) Félbarna kenyér (1) Allergének: 1,6 | | | | | | |
| | EN:695 ZS:11,4 SZH:94,5 | TZS:4,3 CK:16,5 FH:37 SÓ:2,45 | EN:520 ZS:13,6 SZH:61,3 | TZS:2,3 CK:5,5 FH:36,9 SÓ:2,35 | EN:534 ZS:16,4 SZH:61 | TZS:0,7 CK:6,2 FH:23,3 SÓ:3,38 | EN:747 ZS:38,3 SZH:77,6 | TZS:17,1 CK:12,9 FH:24,1 SÓ:6,54 | EN: ZS: SZH: | TZS: CK: FH: SÓ: |

Az ételsorokról az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokról a keresztszennyeződéssel 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. Csillagfű; 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!

