

Budapest

Apáczai Gimnázium és Kollégium

2026. 06. 08.–2026. 06. 12.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

REGGELI

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:TZS:
CK:FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:TZS:
CK:FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:TZS:
CK:FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:TZS:
CK:FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:TZS:
CK:FH:
SÓ:

EBÉD A

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Csirkés paella
Csemegeuborka (10,12)
AlmaAllergének:
1,3,9,10,12EN:732
ZS:24,8
SZH:89,6TZS:5,7
CK:18,7FH:35
SÓ:2,98Gyümölcsleves (1,7,12)
Paprikás burgonya virslivel (12)
Cékla savanyúság (10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,7,10,12EN:766
ZS:26,5
SZH:104,2TZS:10,7
CK:39FH:21,2
SÓ:4,47Sárgaborsó krémleves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Túró (7)
Tejföl (7)
Fodros metélt (1)Allergének:
1,3,7EN:769
ZS:26,1
SZH:95,8TZS:8
CK:8,1FH:33
SÓ:0,71Tarhonyaleves (1,12)
Csirkepörkölt (1)
Tököfélék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,7,12EN:540
ZS:15,4
SZH:66,1TZS:3,8
CK:15,1FH:26,1
SÓ:2,81Paradicsomleves (1,3,9)
Panírozott halfilé (1,4,7,10)
Zöldséges bulgur (1)
Tavaszi saláta (10,12)Allergének:
1,3,4,7,9,10,12EN:850
ZS:26,4
SZH:116,6TZS:2,8
CK:31,1FH:26,4
SÓ:3,72

EBÉD B

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Vadas sertésragu (1,7,9,10,12)
Spagetti (1)
AlmaAllergének:
1,3,7,9,10,12EN:841
ZS:33
SZH:103,1TZS:8,6
CK:20,6FH:29,9
SÓ:0,98Gyümölcsleves (1,7,12)
Rakott zöldbab (1,7)Allergének:
1,7,12EN:649
ZS:30,1
SZH:70,8TZS:9,4
CK:34,8FH:23
SÓ:0,35Sárgaborsó krémleves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Rántott sajtgyöngy (1,7)
Petrezselymes rizs
Tartármártás (3,7,10)Allergének:
1,3,7,10EN:1013
ZS:41,5
SZH:126,4TZS:10,8
CK:10,8FH:26,4
SÓ:3,73Tarhonyaleves (1,12)
Chilis bab
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,12EN:737
ZS:22,9
SZH:91,9TZS:7,2
CK:10,7FH:39,2
SÓ:1,54Paradicsomleves (1,3,9)
Reszelt csirkemáj (1)
Tört burgonya (12)
Tavaszi saláta (10,12)Allergének:
1,3,9,10,12EN:728
ZS:17,8
SZH:98,1TZS:5,3
CK:30,1FH:36,4
SÓ:3,16

EBÉD C

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Vöröslencse dhal makhani (4)
Párolt rizs fél adag
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
AlmaAllergének:
1,3,4,9,12EN:592
ZS:15,4
SZH:74,9TZS:5,8
CK:13,8FH:19,9
SÓ:1Gyümölcsleves (1,7,12)
Vegetáriánus bolognai ragu (9)
Teljes kiőrlésű spagetti (1)
Sajt szórat (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,7,9,12EN:901
ZS:24,8
SZH:116,3TZS:8,2
CK:45,9FH:46,4
SÓ:1,2Sárgaborsó krémleves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Svájci rakott burgonya (1,3,7,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,7,12EN:793
ZS:33,7
SZH:82,4TZS:14
CK:5,3FH:28,2
SÓ:1,6Tarhonyaleves (1,12)
Rántott karfiol (1)
Sárgarépás rizs
Tartármártás (3,7,10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,7,10,12EN:989
ZS:41,5
SZH:129,7TZS:8,9
CK:15,5FH:20,7
SÓ:2,85Paradicsomleves (1,3,9)
Főtt tojás (3)
Finomfőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,7,9EN:593
ZS:17
SZH:72,9TZS:4,4
CK:38,6FH:26,3
SÓ:0,82

VACSORA

Csőben sült brokkoli sertéshússal (1,7)

Allergének:
1,7EN:440
ZS:32,6
SZH:9,7TZS:11,7
CK:1,8FH:24,6
SÓ:0,8Sült csirkecomb
Rizibizi
Tavaszi saláta (10,12)Allergének:
10,12EN:914
ZS:48,8
SZH:71,2TZS:6,1
CK:7,3FH:42,7
SÓ:3,15Bakonyi sertésragu (1,7)
Szarvacska tészta (1)Allergének:
1,7EN:614
ZS:23,9
SZH:74TZS:7,7
CK:6FH:24,4
SÓ:0,62Sült kolbász
Mustár (10)
Félbarna kenyér (1)Allergének:
1,10EN:716
ZS:35,5
SZH:53,1TZS:12
CK:2,1FH:24,7
SÓ:4,32

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:TZS:
CK:FH:
SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyezéssel 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!

