

Budapest

Apáczai Gimnázium és Kollégium

2026. 04. 13.–2026. 04. 17.

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:Daragaluska leves (1,3,9,12)
Vadas sertésragu (1,7,9,10,12)
Spagetti (1)
AlmaAllergének:
1,3,7,9,10,12EN:746
ZS:26,8
SZH:99,1TZS:6,5
CK:22,9FH:25,4
SÓ:1,05Gyümölcsleves (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)
Panírozott zöldséggolyó (1,3,7)
Petrezselymes rizs
Tartármártás (3,7,10)Allergének:
1,3,7,10EN:1120
ZS:44,1
SZH:140,8TZS:8,4
CK:10,9FH:28,2
SÓ:2,68Tarhonyaleves (1,12)
Csirkepörkölt (1)
Tökfőzelék (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 halrúd (1,4)
Zöldséges bulgur (1)
Csalamádé (10,12)Allergének:
1,3,4,7,9,10,12EN:818
ZS:26,4
SZH:108,9TZS:2,8
CK:26,2FH:25,8
SÓ:3,32

EBÉD A

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Hawai csirkemell (7)
Párolt rizs
AlmaAllergének:
1,3,7,9,12EN:774
ZS:22,4
SZH:96,6TZS:6,3
CK:17,5FH:44,9
SÓ:1,76Gyümölcsleves (1,7,12)
Rakott zöldbab (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,7,12EN:726
ZS:30,4
SZH:86,1TZS:9,5
CK:35FH:25,3
SÓ:0,77Sárgaborsó krémleves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Tejföl (7)
Túró (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)
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)
Csalamádé (10,12)Allergének:
1,3,9,10,12EN:696
ZS:17,7
SZH:90,3TZS:5,3
CK:25,2FH:35,8
SÓ:2,76

EBÉD B

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 (6,9)
Teljes kiőrlésű spagetti (1)
Sajt szórát (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,6,7,9,12EN:915
ZS:24
SZH:123,8TZS:8,1
CK:47,7FH:42,1
SÓ:1,1Sárgaborsó 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

EBÉD C

Csöben 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:0,62

Erdélyi rakott káposzta (7,12)

Allergének:
7,12EN:528
ZS:37,9
SZH:25,1TZS:14,5
CK:6,7FH:21
SÓ:4,4

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:TZS:
CK:FH:
SÓ:

VACSORA

Az ételsorokról az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokról 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. Csillagfűrt; 14. Puhateszték. 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!

