

Budapest

Apáczai Gimnázium és Kollégium

2024. 12. 02.–2024. 12. 08.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
REGGELI	<p>Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér Kenőmájás Kifli Kígyóborka <u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:859 ZS: 20,3 TZS: 8,1 FH: 29,9 SZH:137,1 CK:34,1 SÓ: 3,46</p>	<p>Gyümölcsstea Mediterrán tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sajtszelet Margarin Zsemle Jégcsapretek <u>Allergének:</u> 1,4,6,7,10,12</p> <p>EN: 814 ZS: 18,1 TZS: 10,1 FH: 34 SZH:121,7 CK: 11,9 SÓ: 3,96</p>	<p>Gyümölcsstea Vaníliás túrókrém Zsemle Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 758 ZS: 10,7 TZS: 4,1 FH:29,5 SZH:129,1 CK: 18,4 SÓ: 3,95</p>	<p>Karamellás tej Fahéjas csiga Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika <u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 1000 ZS: 34,7 TZS: 16,2 FH: 24,3 SZH:140,5 CK: 51,9 SÓ: 3,07</p>	<p>Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom Habos puding Mandarin <u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 623 ZS: 14,4 TZS: 5,8 FH: 16,1 SZH: 99,2 CK: 40,6 SÓ: 1,84</p>	<p>Gyümölcsstea Magyaros vajkrém Félbarna kenyér Kígyóborka Kockasajt Teljes kiőrlésű kifli <u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 729 ZS: 21,9 TZS: 13,4 FH: 22,7 SZH: 106,2 CK: 14,2 SÓ:4,12</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
EBÉD	<p>Tarhonyaleves Dino szelet Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:760 ZS: 19 TZS: 3,8 FH: 40,9 SZH:97,5 CK:17,4 SÓ: 2,76</p>	<p>Húsgaluska leves Burgonyás tészta Cékla savanyúság <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN: 779 ZS: 29,9 TZS: 6,3 FH: 28 SZH:95,7 CK: 12,5 SÓ: 2,91</p>	<p>Paradicsomleves Grillfűszeres csirkemell Párolt rizs Fűszeres karotta kukoricával <u>Allergének:</u> 1,3,9,10</p> <p>EN: 887 ZS: 28,1 TZS: 4,9 FH:40,8 SZH:116,7 CK: 29,3 SÓ: 1,61</p>	<p>Tojásleves Sertéshúsgolyó Svéd mártás Áfonyaszósz Tört burgonya <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,10,12</p> <p>EN: 996 ZS: 38,9 TZS: 8 FH: 28,1 SZH:133,4 CK: 47,6 SÓ: 4,27</p>	<p>Zöldborsókrémleves Leves gyöngy Vegetáriánus zöldséggolyó Petrezselymes rizs Tartármártás Mikulás desszert <u>Allergének:</u> 1,3,6,7,10,12</p> <p>EN: 1108 ZS: 55,9 TZS: 15,3 FH: 31,9 SZH: 112,8 CK: 20,6 SÓ: 2,65</p>	<p>Gyümölcslé 100%-os Paradicsomos tonhalas Penne Sajt szórat <u>Allergének:</u> 1,4,6,7</p> <p>EN: 797 ZS: 22 TZS: 7,5 FH: 46 SZH: 103,6 CK: 33 SÓ: 1,67</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
VACSORA	<p>Csirkés paella Csemegeborka <u>Allergének:</u> 10,12</p> <p>EN:613 ZS: 22,6 TZS: 5,4 FH: 32 SZH:68,8 CK:8,1 SÓ: 2,48</p>	<p>Székelykáposzta Félbarna kenyér <u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 417 ZS: 24,3 TZS: 9,4 FH: 20,3 SZH:27,4 CK: 4,6 SÓ: 3,49</p>	<p>Carbonara Spagetti <u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 750 ZS: 40,4 TZS: 16,8 FH:25,9 SZH:69,6 CK: 9,8 SÓ: 2,88</p>	<p>Csirkepaprikás Galuska <u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 661 ZS: 21,2 TZS: 6,3 FH: 32,8 SZH:82,1 CK: 2,1 SÓ: 0,67</p>	<p>Svájci rakott burgonya Tavaszi saláta <u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 514 ZS: 25,8 TZS: 13,2 FH: 17 SZH: 47 CK: 4,7 SÓ: 0,89</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. 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstést 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.



A HÜSMENTES PÉNTEK fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.