

Budapest			Apáczai Gimnázium és Kollégium						2026. 03. 30.–2026. 04. 03.						
HÉTFŐ			KEDD			SZERDA			CSÜTÖRTÖK			PÉNTEK			
REGGELI	Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:			Allergének:		
	EN: ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:	EN: ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:	EN: ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:	EN: ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:	EN: ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:
	Zellerkrémleves (1,7,9,12) Pirított zsemlekocka (1) Tarhonyás hús csirkehússal (1) Csalamádé (10,12)			Daragaluska leves (1,3,9,12) Dino szelet (1) Majorannás burgonyafőzelék (1,7,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1)			Csirkeraguleves (1,3,9,12) Dejós morzsás nudli (1) Vaníliás öntet (7) Alma Húsvéti desszert (6,7)			TAVASZI SZÜNET			ÜNNEPNAP		
	Allergének: 1,7,9,10,12			Allergének: 1,3,7,9,12			Allergének: 1,3,6,7,9,12			Allergének:			Allergének:		
	EN:677 ZS:19,5 SZH:85,2	TZS:2,8 CK:8,2	FH:32,3 SÓ:3,01	EN:673 ZS:21,3 SZH:85	TZS:3,7 CK:4	FH:29,5 SÓ:2,5	EN:1177 ZS:30,6 SZH:155,8	TZS:12,8 CK:53,8	FH:33,6 SÓ:3,52	EN:0 ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:	EN:0 ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:
EBÉD A	Zellerkrémleves (1,7,9,12) Pirított zsemlekocka (1) Óvári sertésszelet (7) Zöldséges bulgur (1)			Daragaluska leves (1,3,9,12) Párolt sertésszelet, karajból Meggymártás (1,7) Pirított dara (1)			Csirkeraguleves (1,3,9,12) Káposztás tészta (1) Alma Húsvéti desszert (6,7)			TAVASZI SZÜNET			ÜNNEPNAP		
	Allergének: 1,7,9,12			Allergének: 1,3,7,9,12			Allergének: 1,3,6,7,9,12			Allergének:			Allergének:		
	EN:855 ZS:34,7 SZH:76	TZS:9,2 CK:5,4	FH:42,1 SÓ:3,37	EN:736 ZS:19 SZH:105,7	TZS:1,9 CK:34,9	FH:27,7 SÓ:2,16	EN:853 ZS:25,3 SZH:121,5	TZS:10,7 CK:49,8	FH:27,8 SÓ:1,33	EN:0 ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:	EN:0 ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:
	Zellerkrémleves (1,7,9,12) Pirított zsemlekocka (1) Sütőtökös árpagyöngy rizottó (1,7)			Daragaluska leves (1,3,9,12) Édes málé (1,3,7) Szilva extra dzsem Teljes kiőrlésű kenyér (1)			Csirkeraguleves (1,3,9,12) Zöldség curry (4,9,12) Kuskusz (1) Húsvéti desszert (6,7)			TAVASZI SZÜNET			ÜNNEPNAP		
	Allergének: 1,7,9,12			Allergének: 1,3,7,9,12			Allergének: 1,3,4,6,7,9,12			Allergének:			Allergének:		
EN:405 ZS:6,6 SZH:69,2	TZS:3,3 CK:10,3	FH:13,2 SÓ:0,72	EN:988 ZS:47 SZH:128,8	TZS:5,8 CK:64,7	FH:13,9 SÓ:1,05	EN:849 ZS:32,6 SZH:104,1	TZS:14,5 CK:17,8	FH:28,5 SÓ:1,15	EN:0 ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:	EN:0 ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:	
VACSORA	Juhtúrós sztrapacska (1,3,7) Fokhagymás tejfől (7)			Ázsiai csirkehúsos tészta (1,6,12)			Sült csirkecomb Franciasaláta (3,7,10,12)								
	Allergének: 1,3,7			Allergének: 1,6,12			Allergének: 3,7,10,12			Allergének:			Allergének:		
	EN:591 ZS:30,8 SZH:128,8	TZS:18,2 CK:6,4	FH:42 SÓ:1,96	EN:487 ZS:7,4 SZH:71,8	TZS:0,6 CK:7,7	FH:27,9 SÓ:2,26	EN:858 ZS:59,8 SZH:34,7	TZS:8,1 CK:16,6	FH:38,7 SÓ:2,31	EN: ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:	EN: ZS: SZH:	TZS: CK:	FH: SÓ:

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

