

Budapest

Apáczai Gimnázium és Kollégium

2024. 05. 06.–2024. 05. 12.

| | hétfő | kedd | szerda | csütörtök | péntek | szombat | vasárnap |
|---------|---|--|--|---|--|--|--|
| TÍZÓRAI | <p>Tej Fatörzs kifli Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:802 ZS: 19,9 TZS: 11,1 FH: 25,2 SZH:121,8 CK:21,5 SÓ: 2,8</p> | <p>Gyümölcsstea Barackos túrókrém Zsemle Pulykasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7,12</p> <p>EN: 753 ZS: 11,2 TZS: 4 FH: 28,1 SZH:128,6 CK: 19 SÓ: 3,91</p> | <p>Gyümölcsstea Sertés párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Sajtszelet Margarin Zsemle Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 868 ZS: 25,4 TZS: 11,8 FH:30,3 SZH:122,1 CK: 11,9 SÓ: 4,54</p> | <p>Tej Méz Margarin Félbarna kenyér Zala felvágott Margarin Zsemle Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 890 ZS: 15,4 TZS: 5,9 FH: 29,4 SZH:150,1 CK: 38,4 SÓ: 4,36</p> | <p>Gyümölcsstea Majonézes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika Habos puding</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN: 789 ZS: 20 TZS: 9,3 FH: 25,5 SZH: 119,6 CK: 16 SÓ: 4,12</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> |
| EBÉD | <p>Daragaluska leves Csikós sertéstokány Párolt rizs Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN:851 ZS: 36,5 TZS: 11,1 FH: 28,7 SZH:99,5 CK:13,6 SÓ: 1,22</p> | <p>Pikáns karfiolkrémleves Leves gyöngy Bolognai Spagetti Sajt szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 899 ZS: 40,2 TZS: 15 FH: 40,9 SZH:90,9 CK: 16,1 SÓ: 1,39</p> | <p>Gyümölcsleves Rántott csirkemell Petrezselymes burgonya Vitaminسالáta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 800 ZS: 14,9 TZS: 2 FH:23,5 SZH:135,8 CK: 49,3 SÓ: 2,2</p> | <p>Tavaszi leves Sertésfasírt Sárgaborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 780 ZS: 29,8 TZS: 8,2 FH: 38,1 SZH:79,4 CK: 2,6 SÓ: 2,63</p> | <p>Lebbencsleves Túrótöltelikes gombóc Porcukor szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 900 ZS: 17,6 TZS: 2,4 FH: 24,5 SZH: 173,5 CK: 30 SÓ: 2,78</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> |
| UZSONNA | <p>Csirke nuggets Zöldborsófőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:583 ZS: 15,1 TZS: 4,3 FH: 27,8 SZH:77,1 CK:16,4 SÓ: 2,12</p> | <p>Gödöllői töltött csirkecomb Petrezselymes burgonya Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10,12</p> <p>EN: 849 ZS: 41,5 TZS: 5,1 FH: 42,8 SZH:66,8 CK: 7 SÓ: 1,95</p> | <p>Hentes sertéstokány Orsó tészta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN: 747 ZS: 31,9 TZS: 9,1 FH:32,7 SZH:81,1 CK: 7,1 SÓ: 1,42</p> | <p>Erdélyi rakott káposzta Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 606 ZS: 38,2 TZS: 14,5 FH: 23,2 SZH:41 CK: 6,9 SÓ: 4,91</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> | <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 keresztyszennyeződéssel 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. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűk. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kizsolgálatást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet kérjük, megertésedet 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.