



ÉTLAP

2024.01.08 - 2024.01.14

2. hét

Iskolás 1x - Alsós

Normál

Főzőkonyha: Kollégium Konyha, 4150 Püspökladány, Hősök tere 2.

tel.: 06-54/740-890 ; e-mail: konyha.kollegium@gmail.com

Dátum	Ebéd
2024.01.08 Hétfő	Lebbencsleves ^{1,3,9} Zöldbabfőzelék ^{1,7} Sült virslí ⁶
	E: 846,11kcal, Zsír: 62,24g, Feh.: 24,31g, CH: 45,44g, Cuk: 0,00g, Só: 3,23g
2024.01.09 Kedd	Meggyleves ^{1,7} Mexikói sertésragu ^{1,12} Orsó tésztaköret ^{1,3}
	E: 751,47kcal, Zsír: 18,24g, Feh.: 26,17g, CH: 116,76g, Cuk: 0,00g, Só: 1,10g
2024.01.10 Szerda	Köménymaglevés ^{1,3,7} Rántott hal ^{1,3,4,6} Párolt rizs Csemege uborka
	E: 1 334,79kcal, Zsír: 68,48g, Feh.: 46,17g, CH: 127,03g, Cuk: 0,00g, Só: 2,38g
2024.01.11 Csütörtök	Karfiolleves ^{1,7} Paprikás burgonya kolbásszal ¹² Vegyes vágott ¹⁰
	E: 636,39kcal, Zsír: 34,13g, Feh.: 20,12g, CH: 56,83g, Cuk: 0,00g, Só: 2,23g
2024.01.12 Péntek	Babgulyás ^{1,3,9,12} Krémescsusz ^{1,6,7}
	E: 956,81kcal, Zsír: 26,04g, Feh.: 42,01g, CH: 136,38g, Cuk: 14,10g, Só: 1,20g

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Élelmezésvezető: Kiss Nikolett

Tápl. tud. szakember: Duró Zoltánné

A változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk!



ÉTLAP

2024.01.08 - 2024.01.14

2. hét

Iskolás 1x - Felső

Normál

Főzőkonyha: Kollégium Konyha, 4150 Püspökladány, Hősök tere 2.

tel.: 06-54/740-890 ; e-mail: konyha.kollegium@gmail.com

Dátum	Ebéd
2024.01.08 Hétfő	Lebbencsleves ^{1,3,9} Zöldbabfőzelék ^{1,7} Sült virslí ⁶
	E: 905,56kcal, Zsír: 62,40g, Feh.: 25,51g, CH: 58,23g, Cuk: 0,00g, Só: 3,35g
2024.01.09 Kedd	Meggyleves ^{1,7} Mexikói sertésragu ^{1,12} Orsó tésztaköret ^{1,3}
	E: 886,55kcal, Zsír: 20,46g, Feh.: 31,31g, CH: 139,87g, Cuk: 0,00g, Só: 1,26g
2024.01.10 Szerda	Köménymagleves ^{1,3,7} Rántott hal ^{1,3,4,6} Párolt rizs Csemege uborka
	E: 1 430,48kcal, Zsír: 70,20g, Feh.: 49,82g, CH: 142,69g, Cuk: 0,00g, Só: 2,61g
2024.01.11 Csütörtök	Karfiolleves ^{1,7} Paprikás burgonya kolbásszal ¹² Vegyes vágott ¹⁰
	E: 694,83kcal, Zsír: 37,66g, Feh.: 22,31g, CH: 60,86g, Cuk: 0,00g, Só: 2,48g
2024.01.12 Péntek	Babgulyás ^{1,3,9,12} Krémescsusz ^{1,6,7}
	E: 1 118,01kcal, Zsír: 33,46g, Feh.: 48,78g, CH: 152,99g, Cuk: 15,22g, Só: 1,34g

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Élelmezésvezető: Kiss Nikolett

Tápl. tud. szakember: Duró Zoltánné

A változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk!