



ÉTLAP

2024.01.15 - 2024.01.21

3. hét

Normál 1x

Normál

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

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

Dátum	Ebéd
2024.01.15 Hétfő	Gulyásleves ^{1,3,9,12} Tejbegríz ^{1,7}
	E: 1 096,25kcal, Zsír: 22,83g, Feh.: 39,55g, CH: 182,88g, Cuk: 0,00g, Só: 2,55g
2024.01.16 Kedd	Vegyesgyümölcs cibere Karalábés húsgombóc ^{1,3,7}
	E: 1 026,95kcal, Zsír: 23,17g, Feh.: 37,30g, CH: 162,67g, Cuk: 0,00g, Só: 2,07g
2024.01.17 Szerda	Brokkolileves ^{1,7} Brassói aprópecsenye (sertésből) Tört burgonya
	E: 1 365,09kcal, Zsír: 93,29g, Feh.: 41,32g, CH: 113,51g, Cuk: 0,00g, Só: 1,12g
2024.01.18 Csütörtök	Pásztorleves ^{1,3,9} Alma Chilisbab ¹ Párolt rizs
	E: 1 300,59kcal, Zsír: 34,99g, Feh.: 42,55g, CH: 192,85g, Cuk: 0,00g, Só: 2,20g
2024.01.19 Péntek	Csontleves cérnametélttel ^{1,3} Csirkepaprikás ^{1,7,12} Copfocska tészta köret ^{1,3}
	E: 1 060,25kcal, Zsír: 48,75g, Feh.: 38,47g, CH: 130,07g, Cuk: 0,00g, Só: 2,53g
2024.01.20 Szombat	Paradisomleves ^{1,3} Rántott csirkecomb ^{1,3,6} Mexikói rizs
	E: 1 689,40kcal, Zsír: 68,34g, Feh.: 57,33g, CH: 203,13g, Cuk: 0,00g, Só: 3,00g
2024.01.21 Vasárnap	Sárgaborsóleves ^{1,3,12} Rakott tészta ^{1,3,7,12}
	E: 1 761,08kcal, Zsír: 63,57g, Feh.: 76,64g, CH: 215,63g, Cuk: 0,40g, Só: 2,64g

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. Szezámag 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!