



ÉTLAP

2024.01.29 - 2024.02.04

5. 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
2024.01.29 Hétfő	Palócleves ^{1,7,12} Dejós laska ^{1,3,8}
	E: 910,91kcal, Zsír: 37,26g, Feh.: 30,32g, CH: 110,33g, Cuk: 1,50g, Só: 0,88g
2024.01.30 Kedd	Karalábéleves ^{1,7} Resztelt sertésmáj ¹² Tört burgonya Vegyes vágott ¹⁰
	E: 772,87kcal, Zsír: 55,93g, Feh.: 32,34g, CH: 66,27g, Cuk: 0,00g, Só: 1,61g
2024.01.31 Szerda	Lebbencsleves ^{1,3,9} Rakott zöldbab ⁷
	E: 729,98kcal, Zsír: 36,23g, Feh.: 29,31g, CH: 66,46g, Cuk: 0,00g, Só: 0,85g
2024.02.01 Csütörtök	Francia hagymaleves ^{1,3,7,12} Hentestokány ^{1,6,10,12} Szarvacska tésztaköret ^{1,3}
	E: 664,23kcal, Zsír: 29,36g, Feh.: 27,28g, CH: 69,58g, Cuk: 0,22g, Só: 1,32g
2024.02.02 Péntek	Vegyes gyümölcsleves ^{1,7} Rántott sertésszelet ^{1,3,6} Kukoricás rizs Csemege uborka
	E: 1 024,89kcal, Zsír: 34,62g, Feh.: 39,54g, CH: 132,96g, Cuk: 0,00g, Só: 1,48g

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!



ÉTLAP

2024.01.29 - 2024.02.04

5. 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
2024.01.29 Hétfő	Palócleves ^{1,7,12} Dejós laska ^{1,3,8}
	E: 963,79kcal, Zsír: 38,12g, Feh.: 33,98g, CH: 117,84g, Cuk: 1,50g, Só: 0,97g
2024.01.30 Kedd	Karalábéleves ^{1,7} Resztelt sertésmáj ¹² Tört burgonya Vegyes vágott ¹⁰
	E: 838,77kcal, Zsír: 58,53g, Feh.: 35,57g, CH: 74,94g, Cuk: 0,00g, Só: 1,75g
2024.01.31 Szerda	Lebbencsleves ^{1,3,9} Rakott zöldbab ⁷
	E: 775,69kcal, Zsír: 37,50g, Feh.: 31,00g, CH: 72,74g, Cuk: 0,00g, Só: 0,99g
2024.02.01 Csütörtök	Francia hagymaleves ^{1,3,7,12} Hentestokány ^{1,6,10,12} Szarvacska tésztaköret ^{1,3}
	E: 749,04kcal, Zsír: 31,82g, Feh.: 31,30g, CH: 80,85g, Cuk: 0,30g, Só: 1,49g
2024.02.02 Péntek	Vegyes gyümölcsleves ^{1,7} Rántott sertésszelet ^{1,3,6} Kukoricás rizs Csemege uborka
	E: 1 154,54kcal, Zsír: 36,71g, Feh.: 43,51g, CH: 156,08g, Cuk: 0,00g, Só: 1,78g

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!