



# ÉTLAP

2024.01.29 - 2024.02.04

5. 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                                                                                                                  |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024.01.29<br>Hétfő     | Palócleves <sup>1,7,12</sup><br>Dejós laska <sup>1,3,8</sup>                                                          |
|                         | E: 1 403,85kcal, Zsír: 56,88g, Feh.: 48,50g, CH: 170,03g, Cuk: 2,50g, Só: 1,21g                                       |
| 2024.01.30<br>Kedd      | Karalábéleves <sup>1,7</sup><br>Resztelt sertésmáj <sup>12</sup><br>Tört burgonya<br>Vegyes vágott <sup>10</sup>      |
|                         | E: 1 151,88kcal, Zsír: 72,95g, Feh.: 46,25g, CH: 113,80g, Cuk: 0,00g, Só: 2,64g                                       |
| 2024.01.31<br>Szerda    | Lebbencsleves <sup>1,3,9</sup><br>Rakott zöldbab <sup>7</sup>                                                         |
|                         | E: 1 003,12kcal, Zsír: 43,48g, Feh.: 42,43g, CH: 102,92g, Cuk: 0,00g, Só: 1,77g                                       |
| 2024.02.01<br>Csütörtök | Francia hagymaleves <sup>1,3,7,12</sup><br>Hentestokány <sup>1,6,10,12</sup><br>Szarvacska tésztaköret <sup>1,3</sup> |
|                         | E: 1 362,12kcal, Zsír: 67,80g, Feh.: 45,06g, CH: 136,84g, Cuk: 0,40g, Só: 4,63g                                       |
| 2024.02.02<br>Péntek    | Vegyes gyümölcsleves <sup>1,7</sup><br>Rántott sertésszelet <sup>1,3,6</sup><br>Kukoricás rizs<br>Csemege uborka      |
|                         | E: 1 743,36kcal, Zsír: 47,96g, Feh.: 54,67g, CH: 264,12g, Cuk: 0,00g, Só: 2,87g                                       |
| 2024.02.03<br>Szombat   | Zellerleves <sup>1,7,9</sup><br>Pásztor tarhonya virslivel <sup>1,3,6,12</sup>                                        |
|                         | E: 1 380,24kcal, Zsír: 75,93g, Feh.: 38,63g, CH: 151,68g, Cuk: 0,00g, Só: 4,33g                                       |
| 2024.02.04<br>Vasárnap  | Reszelt tésztaleves <sup>1,3</sup><br>Bakonyi sertés tokány <sup>1,7</sup><br>Copfocska tészta köret <sup>1,3</sup>   |
|                         | E: 1 100,49kcal, Zsír: 50,98g, Feh.: 44,41g, CH: 128,77g, Cuk: 0,00g, Só: 1,62g                                       |

**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. Csillagfürt

Élelmezésvezető: Kiss Nikolett

Tápl. tud. szakember: Duró Zoltánné

A változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk!