



ÉTLAP

2024.02.12 - 2024.02.18

7. 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
2024.02.12 Hétfő	Savanyú burgonyaleves ^{1,12} Túrós laska ^{1,3,7}
	E: 1 695,52kcal, Zsír: 112,82g, Feh.: 48,55g, CH: 117,48g, Cuk: 0,00g, Só: 1,53g
2024.02.13 Kedd	Magyaros gombaleves ^{1,3,9} Rakott karfiol ⁷
	E: 994,98kcal, Zsír: 41,96g, Feh.: 47,18g, CH: 100,26g, Cuk: 0,00g, Só: 1,70g
2024.02.14 Szerda	Alma cibere Bolognai spagetti ^{1,3,7}
	E: 1 399,35kcal, Zsír: 35,83g, Feh.: 46,80g, CH: 219,45g, Cuk: 0,25g, Só: 2,48g
2024.02.15 Csütörtök	Restasszony leves ^{1,3,9} Ananászos csirkecsomb filé ^{1,7} Párolt rizs
	E: 882,23kcal, Zsír: 30,95g, Feh.: 27,90g, CH: 128,32g, Cuk: 3,18g, Só: 2,86g
2024.02.16 Péntek	Zöldségleves eperlevéllel ^{1,3} Sertéspörkölt ^{1,2} Sárgaborsó főzelék ^{1,12}
	E: 1 096,60kcal, Zsír: 48,00g, Feh.: 62,41g, CH: 121,27g, Cuk: 0,00g, Só: 4,77g
2024.02.17 Szombat	Paradicsomleves ^{1,3} Mustáros sertés flekken ¹⁰ Tört burgonya Csemege uborka
	E: 1 718,34kcal, Zsír: 80,15g, Feh.: 81,82g, CH: 180,24g, Cuk: 0,00g, Só: 5,00g
2024.02.18 Vasárnap	Brokkolileves ^{1,7} Lecsós csirkemell ¹² Csavart csőtészta ^{1,3}
	E: 1 381,56kcal, Zsír: 57,78g, Feh.: 65,61g, CH: 134,99g, Cuk: 0,00g, Só: 3,37g

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!