



ÉTLAP

2024.03.04 - 2024.03.10

10. 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
2024.03.04 Hétfő	Gulyásleves ^{1,3,9,12} Krémesskeksz ^{1,6,7}
	E: 885,30kcal, Zsír: 26,83g, Feh.: 34,58g, CH: 122,72g, Cuk: 14,85g, Só: 1,64g, Ca: 515,02mg
2024.03.05 Kedd	Vegyes gyümölcsleves ^{1,7} Sertéspörkölt ² Szarvacska tésztaköret ^{1,3} Cékla
	E: 729,11kcal, Zsír: 20,85g, Feh.: 30,98g, CH: 107,94g, Cuk: 0,00g, Só: 0,99g, Ca: 82,22mg
2024.03.06 Szerda	Lebbencsleves ^{1,3,9} Lencsefőzelék ^{1,7,12} Sertés fasírt ^{1,3,6}
	E: 896,65kcal, Zsír: 32,88g, Feh.: 44,43g, CH: 101,86g, Cuk: 0,00g, Só: 1,00g, Ca: 105,78mg
2024.03.07 Csütörtök	Csontleves eperlevéllel ^{1,3} Rakott ínyenc zöldségek ⁷
	E: 628,47kcal, Zsír: 17,27g, Feh.: 25,47g, CH: 79,37g, Cuk: 0,00g, Só: 1,47g, Ca: 105,29mg
2024.03.08 Péntek	Köménymaglevés ^{1,3,7} Brassói aprópecsenye (sertésből) Tört burgonya Vegyes vágott ¹⁰
	E: 697,29kcal, Zsír: 40,28g, Feh.: 26,18g, CH: 67,82g, Cuk: 0,00g, Só: 0,69g, Ca: 138,73mg

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

2024.03.04 - 2024.03.10

10. 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
2024.03.04 Hétfő	Gulyásleves ^{1,3,9,12} Krémesskeksz ^{1,6,7}
	E: 1 012,06kcal, Zsír: 31,76g, Feh.: 39,15g, CH: 138,24g, Cuk: 15,67g, Só: 1,70g, Ca: 584,22mg
2024.03.05 Kedd	Vegyes gyümölcsleves ^{1,7} Sertéspörkölt ² Szarvacska tésztaköret ^{1,3} Cékla
	E: 884,73kcal, Zsír: 28,27g, Feh.: 35,18g, CH: 131,73g, Cuk: 0,00g, Só: 1,18g, Ca: 92,59mg
2024.03.06 Szerda	Lebbencsleves ^{1,3,9} Lencsefőzelék ^{1,7,12} Sertés fasírt ^{1,3,6}
	E: 1 000,53kcal, Zsír: 36,69g, Feh.: 46,88g, CH: 116,05g, Cuk: 0,00g, Só: 1,13g, Ca: 125,74mg
2024.03.07 Csütörtök	Csontleves eperlevéllel ^{1,3} Rakott ínyenc zöldségek ⁷
	E: 697,39kcal, Zsír: 18,26g, Feh.: 29,46g, CH: 87,90g, Cuk: 0,00g, Só: 1,57g, Ca: 112,86mg
2024.03.08 Péntek	Köménymaglevés ^{1,3,7} Brassói aprópecsenye (sertésből) Tört burgonya Vegyes vágott ¹⁰
	E: 793,46kcal, Zsír: 45,45g, Feh.: 30,29g, CH: 77,73g, Cuk: 0,00g, Só: 0,77g, Ca: 159,99mg

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!