



ÉTLAP

2024.05.06 - 2024.05.12

19. 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
2024.05.06 Hétfő	Zellerleves ^{1,7,9} Paprikás burgonya virslivel ^{1,6,10,12}
	E: 507,34kcal, Zsír: 26,17g, Feh.: 17,68g, CH: 55,60g, Cuk: 0,00g, Só: 2,11g, Ca: 88,49mg
2024.05.07 Kedd	Tavaszi zöldségleves eperlevéllel ^{1,3} Csirkepaprikás ^{1,7,12} Copfocska tészta köret ^{1,3}
	E: 767,88kcal, Zsír: 41,13g, Feh.: 29,60g, CH: 87,75g, Cuk: 0,00g, Só: 2,02g, Ca: 114,45mg
2024.05.08 Szerda	Csokonai leves (S) ^{1,7,10} Meggyes rétes ^{1,3,7}
	E: 432,29kcal, Zsír: 16,86g, Feh.: 19,05g, CH: 47,08g, Cuk: 4,50g, Só: 1,16g, Ca: 73,44mg
2024.05.09 Csütörtök	Eperleves ^{1,7} Rántott hal ^{1,3,4,6} Tört burgonya Tartármártás ^{3,7,10}
	E: 1 678,74kcal, Zsír: 104,17g, Feh.: 44,71g, CH: 148,96g, Cuk: 1,00g, Só: 2,11g, Ca: 180,00mg
2024.05.10 Péntek	Pirított tésztaleves ^{1,3,9} Zöldbabfőzelék ^{1,7} Ripp-ropp fasírt ^{1,3,6,7,9,10,11}
	E: 762,70kcal, Zsír: 42,91g, Feh.: 18,48g, CH: 74,71g, Cuk: 0,00g, Só: 3,22g, Ca: 55,49mg

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. Csillagfürt

Élelmezésvezető: Kiss Nikolett

Tápl. tud. szakember: Duró Zoltánné

A változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk!



ÉTLAP

2024.05.06 - 2024.05.12

19. 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
2024.05.06 Hétfő	Zellerleves ^{1,7,9} Paprikás burgonya virslivel ^{1,6,10,12}
	E: 584,03kcal, Zsír: 28,72g, Feh.: 20,57g, CH: 65,52g, Cuk: 0,00g, Só: 2,41g, Ca: 99,10mg
2024.05.07 Kedd	Tavaszi zöldségleves eperlevéllel ^{1,3} Csirkepaprikás ^{1,7,12} Copfocska tészta köret ^{1,3}
	E: 834,30kcal, Zsír: 41,67g, Feh.: 31,80g, CH: 100,61g, Cuk: 0,00g, Só: 2,51g, Ca: 120,11mg
2024.05.08 Szerda	Csokonai leves (S) ^{1,7,10} Meggyes rétes ^{1,3,7}
	E: 462,76kcal, Zsír: 17,63g, Feh.: 21,67g, CH: 50,01g, Cuk: 5,00g, Só: 1,28g, Ca: 79,18mg
2024.05.09 Csütörtök	Eperleves ^{1,7} Rántott hal ^{1,3,4,6} Tört burgonya Tartármártás ^{3,7,10}
	E: 1 874,86kcal, Zsír: 112,29g, Feh.: 48,63g, CH: 176,53g, Cuk: 2,00g, Só: 2,36g, Ca: 201,42mg
2024.05.10 Péntek	Pirított tésztaleves ^{1,3,9} Zöldbabfőzelék ^{1,7} Ripp-ropp fasírt ^{1,3,6,7,9,10,11}
	E: 974,70kcal, Zsír: 53,41g, Feh.: 24,00g, CH: 98,66g, Cuk: 0,00g, Só: 4,15g, Ca: 57,99mg

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!