



ÉTLAP

2024.05.20 - 2024.05.26

21. 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
2024.05.20 Hétfő	Magyaros gombaleves ^{1,3,9} Mátrai borzaska ^{1,3,7,12} Kukorica saláta ^{3,7,10}
	E: 2 066,68kcal, Zsír: 120,19g, Feh.: 72,76g, CH: 140,42g, Cuk: 10,00g, Só: 3,78g, Ca: 360,98mg
2024.05.21 Kedd	Szoljanka leves ^{1,7,12} Lekváros nudli ^{1,3,6}
	E: 1 333,07kcal, Zsír: 30,95g, Feh.: 41,96g, CH: 216,57g, Cuk: 0,00g, Só: 2,45g, Ca: 167,86mg
2024.05.22 Szerda	Lebbencsleves ^{1,3,9} Lencsefőzelék ^{1,7,12} Sertés fasírt ^{1,3,6}
	E: 1 392,75kcal, Zsír: 50,16g, Feh.: 65,66g, CH: 163,02g, Cuk: 0,00g, Só: 3,92g, Ca: 157,32mg
2024.05.23 Csütörtök	Sárgabarack-alma cibere Csirkepörkölt ¹² Szarvacska tésztaköret ^{1,3} Csemege uborka
	E: 1 028,69kcal, Zsír: 36,49g, Feh.: 36,87g, CH: 163,58g, Cuk: 0,00g, Só: 2,43g, Ca: 104,75mg
2024.05.24 Péntek	Erőleves cérnametélittel ^{1,3} Hentestokány ^{1,6,10,12} Párolt rizs
	E: 854,63kcal, Zsír: 21,54g, Feh.: 39,38g, CH: 113,45g, Cuk: 0,00g, Só: 4,80g, Ca: 104,27mg
2024.05.25 Szombat	Paradicsomleves ^{1,3} Rántott sertésszelet ^{1,3,6} Tört burgonya Vegyes vágott ¹⁰
	E: 1 811,17kcal, Zsír: 78,91g, Feh.: 57,83g, CH: 231,76g, Cuk: 0,00g, Só: 2,32g, Ca: 94,49mg
2024.05.26 Vasárnap	Tárkonyos-tejfölös (S) raguleves ^{1,7} Káposztás kocka ^{1,3}
	E: 1 062,93kcal, Zsír: 28,99g, Feh.: 44,94g, CH: 160,93g, Cuk: 0,00g, Só: 4,51g, Ca: 219,35mg

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!