



ÉTLAP

2024.06.24 - 2024.06.30

26. 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
2024.06.24 Hétfő	Vegyesgyümölcs cibere Bolognai spagetti ^{1,3,7}
	E: 1 443,01kcal, Zsír: 36,92g, Feh.: 52,71g, CH: 221,87g, Cuk: 0,25g, Só: 2,20g, Ca: 259,53mg
2024.06.25 Kedd	Gulyásleves ^{1,3,9,12} Sárgabarackízes gombóc ^{1,3,6,7}
	E: 1 348,32kcal, Zsír: 26,49g, Feh.: 40,63g, CH: 230,08g, Cuk: 0,00g, Só: 4,27g, Ca: 95,61mg
2024.06.26 Szerda	Zöldségleves cérnametéllel ^{1,3} Csirkepaprikás ^{1,7,12} Copfocska tészta köret ^{1,3}
	E: 1 089,23kcal, Zsír: 50,08g, Feh.: 41,42g, CH: 141,66g, Cuk: 0,00g, Só: 2,63g, Ca: 152,90mg
2024.06.27 Csütörtök	Magyaros zöldborsóleves ^{1,3,9} Sajtos-tejfölös rakott csirkemell ^{1,3,7}
	E: 1 453,14kcal, Zsír: 46,44g, Feh.: 75,63g, CH: 147,76g, Cuk: 0,00g, Só: 2,48g, Ca: 501,83mg
2024.06.28 Péntek	Köménymagleves ^{1,3,7} Rántott sertésszelet ^{1,3,6} Kukoricás rizs Csemege uborka
	E: 1 414,28kcal, Zsír: 57,11g, Feh.: 54,73g, CH: 161,31g, Cuk: 0,00g, Só: 2,64g, Ca: 178,42mg
2024.06.29 Szombat	Zöldbableves ^{1,7} Lecsós sertésapró ¹² Tört burgonya
	E: 1 176,46kcal, Zsír: 62,04g, Feh.: 44,54g, CH: 137,08g, Cuk: 0,00g, Só: 3,64g, Ca: 126,31mg
2024.06.30 Vasárnap	Erdei gyümölcsleves ^{1,7} Csirkemájás rizottó ⁷
	E: 1 458,62kcal, Zsír: 39,39g, Feh.: 59,85g, CH: 209,52g, Cuk: 0,00g, Só: 1,79g, Ca: 385,80mg

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!