



# ÉTLAP

2024.08.05 - 2024.08.11

32. 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                                                                                                                |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024.08.05<br>Hétfő     | Édeskáposzta leves <sup>1,7</sup><br>Mexikói sertésragu <sup>1,12</sup><br>Szarvacska tésztaköret <sup>1,3</sup>    |
|                         | E: 1 311,84kcal, Zsír: 51,00g, Feh.: 46,87g, CH: 166,07g, Cuk: 0,00g, Só: 4,30g, Ca: 262,50mg                       |
| 2024.08.06<br>Kedd      | Csontleves cérnametéllel <sup>1,3</sup><br>Rakott karfiol <sup>7</sup>                                              |
|                         | E: 984,10kcal, Zsír: 42,64g, Feh.: 43,40g, CH: 92,16g, Cuk: 0,00g, Só: 1,93g, Ca: 286,26mg                          |
| 2024.08.07<br>Szerda    | Babgulyás <sup>1,3,9,12</sup><br>Kakaós csiga <sup>1,3,7</sup>                                                      |
|                         | E: 1 600,33kcal, Zsír: 62,58g, Feh.: 61,89g, CH: 186,33g, Cuk: 0,00g, Só: 3,44g, Ca: 138,47mg                       |
| 2024.08.08<br>Csütörtök | Köménymagleves <sup>1,3,7</sup><br>Sült csirkecomb, szárnnyal <sup>1,2</sup><br>Rizi-bizi                           |
|                         | E: 2 168,04kcal, Zsír: 125,56g, Feh.: 128,76g, CH: 118,05g, Cuk: 0,00g, Só: 4,78g, Ca: 257,33mg                     |
| 2024.08.09<br>Péntek    | Sárgabarack leves <sup>1,7</sup><br>Reszelt sertésmáj <sup>12</sup><br>Tört burgonya<br>Vegyes vágott <sup>10</sup> |
|                         | E: 1 592,96kcal, Zsír: 54,06g, Feh.: 48,78g, CH: 250,25g, Cuk: 0,00g, Só: 2,36g, Ca: 183,59mg                       |
| 2024.08.10<br>Szombat   | Tarhonyaleves <sup>1,3,9</sup><br>Rántott csirkemell <sup>1,3,6</sup><br>Franciasaláta <sup>3,7,10</sup>            |
|                         | E: 2 532,14kcal, Zsír: 158,01g, Feh.: 79,08g, CH: 153,81g, Cuk: 9,43g, Só: 4,00g, Ca: 192,46mg                      |
| 2024.08.11<br>Vasárnap  | Zellerleves <sup>1,7,9</sup><br>Paprikás burgonya kolbásszal <sup>1,6,10,12</sup><br>Csemege uborka                 |
|                         | E: 1 002,58kcal, Zsír: 49,61g, Feh.: 32,35g, CH: 97,52g, Cuk: 0,00g, Só: 3,14g, Ca: 189,55mg                        |

**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!**