



ÉTLAP

2024.08.26 - 2024.09.01

35. 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
2024.08.26 Hétfő	Meggycibere Csirkepaprikás ^{1,7,12} Csavart csőtészta ^{1,3}
	E: 1 173,82kcal, Zsír: 44,02g, Feh.: 35,89g, CH: 179,42g, Cuk: 0,00g, Só: 1,97g, Ca: 180,76mg
2024.08.27 Kedd	Csontleves csigatésztával ^{1,3} Rakott brokkoli ⁷
	E: 927,73kcal, Zsír: 41,64g, Feh.: 44,34g, CH: 80,03g, Cuk: 0,00g, Só: 3,71g, Ca: 536,01mg
2024.08.28 Szerda	Gulyásleves ^{1,3,9,12} Túrós batyu ^{1,3,7}
	E: 1 042,12kcal, Zsír: 22,95g, Feh.: 42,82g, CH: 162,18g, Cuk: 4,00g, Só: 1,57g, Ca: 80,95mg
2024.08.29 Csütörtök	Tavaszi zöldségleves eperlevéllel ^{1,3} Gyros csirkecomb filéből ^{1,2} Párolt rizs Friss saláta majonézes öntettel ^{3,7,10}
	E: 1 593,40kcal, Zsír: 99,63g, Feh.: 48,55g, CH: 145,73g, Cuk: 0,00g, Só: 7,22g, Ca: 221,56mg
2024.08.30 Péntek	Palócleves ^{1,7,12} Krumplis tészta ^{1,3}
	E: 1 208,72kcal, Zsír: 41,12g, Feh.: 43,37g, CH: 159,02g, Cuk: 0,00g, Só: 1,61g, Ca: 113,64mg
2024.08.31 Szombat	Karalábéleves ^{1,7} Mustáros sertés flekken ¹⁰ Mexikói rizs
	E: 1 398,56kcal, Zsír: 64,14g, Feh.: 93,79g, CH: 100,31g, Cuk: 0,00g, Só: 4,97g, Ca: 276,72mg
2024.09.01 Vasárnap	Tarhonyaleves ^{1,3,9} Lencsefőzelék ^{1,7} Ripp-ropp fasírt ^{1,3,6,7,9,10,11}
	E: 1 768,15kcal, Zsír: 85,15g, Feh.: 53,92g, CH: 194,68g, Cuk: 0,00g, Só: 6,92g, Ca: 138,54mg

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. Szezámag 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!