



ÉTLAP

2024.10.14 - 2024.10.20

42. 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
2024.10.14 Hétfő	Sárgaborsóleves ^{1,3,12} Rakott tészta ^{1,3,7,12}
	E: 1 007,34kcal, Zsír: 40,38g, Feh.: 39,99g, CH: 117,98g, Cuk: 0,22g, Só: 1,76g, Ca: 130,98mg
2024.10.15 Kedd	Pásztorleves ^{1,3,9} Sajtmártásos csirkemell ⁷ Párolt rizs
	E: 678,82kcal, Zsír: 15,61g, Feh.: 33,51g, CH: 82,10g, Cuk: 0,00g, Só: 1,37g, Ca: 137,02mg
2024.10.16 Szerda	Eper-ananász leves ^{1,7} Paprikás burgonya ^{1,6,10,12}
	E: 603,37kcal, Zsír: 23,11g, Feh.: 15,79g, CH: 88,92g, Cuk: 4,24g, Só: 1,85g, Ca: 72,70mg
2024.10.17 Csütörtök	Francia hagymaleves ^{1,3,7,12} Marhapörkölt ¹² Tarhonya köret ^{1,3} Csemege uborka
	E: 705,32kcal, Zsír: 33,70g, Feh.: 31,41g, CH: 72,90g, Cuk: 0,22g, Só: 2,05g, Ca: 79,59mg
2024.10.18 Péntek	Babgulyás ^{1,3,9,12} Krémesskeksz ^{1,6,7}
	E: 1 036,07kcal, Zsír: 27,41g, Feh.: 43,08g, CH: 151,74g, Cuk: 0,00g, Só: 1,64g, Ca: 545,78mg

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. Szezámmag 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!



ÉTLAP

2024.10.14 - 2024.10.20

42. 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
2024.10.14 Hétfő	Sárgaborsóleves ^{1,3,12} Rakott tészta ^{1,3,7,12}
	E: 1 166,28kcal, Zsír: 47,56g, Feh.: 48,06g, CH: 133,02g, Cuk: 0,27g, Só: 1,90g, Ca: 156,12mg
2024.10.15 Kedd	Pásztorleves ^{1,3,9} Sajtmártásos csirkemell ⁷ Párolt rizs
	E: 810,53kcal, Zsír: 18,08g, Feh.: 38,79g, CH: 101,61g, Cuk: 0,00g, Só: 1,60g, Ca: 154,70mg
2024.10.16 Szerda	Eper-ananász leves ^{1,7} Paprikás burgonya ^{1,6,10,12}
	E: 670,44kcal, Zsír: 24,84g, Feh.: 17,79g, CH: 99,36g, Cuk: 4,77g, Só: 2,12g, Ca: 79,53mg
2024.10.17 Csütörtök	Francia hagymaleves ^{1,3,7,12} Marhapörkölt ¹² Tarhonya köret ^{1,3} Csemege uborka
	E: 827,72kcal, Zsír: 42,56g, Feh.: 35,71g, CH: 85,00g, Cuk: 0,30g, Só: 2,36g, Ca: 94,85mg
2024.10.18 Péntek	Babgulyás ^{1,3,9,12} Krémesskeksz ^{1,6,7}
	E: 1 210,44kcal, Zsír: 34,77g, Feh.: 51,83g, CH: 169,64g, Cuk: 0,00g, Só: 1,80g, Ca: 623,71mg

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!