



ÉTLAP

2024.10.14 - 2024.10.20

42. 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
2024.10.14 Hétfő	Sárgaborsóleves ^{1,3,12} Rakott tészta ^{1,3,7,12}
	E: 1 439,10kcal, Zsír: 55,66g, Feh.: 65,38g, CH: 164,75g, Cuk: 0,36g, Só: 2,45g, Ca: 188,91mg
2024.10.15 Kedd	Pásztorleves ^{1,3,9} Sajtmártásos csirkemell ⁷ Párolt rizs
	E: 1 209,71kcal, Zsír: 37,58g, Feh.: 55,39g, CH: 134,12g, Cuk: 0,00g, Só: 2,12g, Ca: 290,55mg
2024.10.16 Szerda	Eper-ananász leves ^{1,7} Paprikás burgonya ^{1,6,10,12}
	E: 1 157,76kcal, Zsír: 46,76g, Feh.: 28,84g, CH: 162,11g, Cuk: 5,83g, Só: 1,87g, Ca: 133,92mg
2024.10.17 Csütörtök	Francia hagymaleves ^{1,3,7,12} Marhapörkölt ^{1,2} Tarhonya köret ^{1,3} Csemege uborka
	E: 1 460,65kcal, Zsír: 79,90g, Feh.: 57,28g, CH: 143,01g, Cuk: 0,40g, Só: 7,51g, Ca: 193,49mg
2024.10.18 Péntek	Babgulyás ^{1,3,9,12} Krémescsusz ^{1,6,7}
	E: 1 534,07kcal, Zsír: 39,69g, Feh.: 61,17g, CH: 229,19g, Cuk: 0,00g, Só: 2,58g, Ca: 712,59mg
2024.10.19 Szombat	Csurgatott tojásleves ^{1,3,7} Mustáros sertés flekken ¹⁰ Mexikói rizs
	E: 1 608,36kcal, Zsír: 57,99g, Feh.: 88,19g, CH: 170,95g, Cuk: 0,00g, Só: 5,48g, Ca: 420,53mg
2024.10.20 Vasárnap	Alma cibere Frankfurti sertéstokány ^{1,6,7,12} Orsó tésztaköret ^{1,3}
	E: 1 393,49kcal, Zsír: 34,34g, Feh.: 47,73g, CH: 219,50g, Cuk: 0,00g, Só: 2,42g, Ca: 150,62mg

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. Csillagfürt

Élelmezésvezető: Kiss Nikolett

Tápl. tud. szakember: Duró Zoltánné

A változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk!