



ÉTLAP

2024.11.04 - 2024.11.10

45. 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
2024.11.04 Hétfő	Pásztorleves ^{1,3,9} Édes-savanyú sertésragu ⁶ Spagetti tésztaköret ^{1,3}
	E: 1 219,65kcal, Zsír: 37,62g, Feh.: 47,66g, CH: 167,79g, Cuk: 17,76g, Só: 2,58g, Ca: 98,14mg
2024.11.05 Kedd	Erdei gyümölcsleves ^{1,7} Rizses hús ¹² Csemege uborka
	E: 1 350,43kcal, Zsír: 50,06g, Feh.: 37,95g, CH: 205,83g, Cuk: 0,00g, Só: 2,33g, Ca: 112,05mg
2024.11.06 Szerda	Szoljanka leves ^{1,7,12} Almás sütemény ^{1,3,7}
	E: 758,10kcal, Zsír: 25,16g, Feh.: 27,78g, CH: 102,38g, Cuk: 5,00g, Só: 1,53g, Ca: 97,53mg
2024.11.07 Csütörtök	Hamis gulyásleves ^{1,3,9} Sült csirkecomb ¹² Lencsefőzelék ^{1,7}
	E: 1 421,53kcal, Zsír: 66,87g, Feh.: 66,04g, CH: 130,20g, Cuk: 0,00g, Só: 5,72g, Ca: 234,10mg
2024.11.08 Péntek	Karfiolleves ^{1,7} Tört burgonya Sertés fasírt ^{1,3,6} Vegyes vágott ¹⁰
	E: 1 138,37kcal, Zsír: 46,37g, Feh.: 50,63g, CH: 132,66g, Cuk: 0,00g, Só: 1,55g, Ca: 138,88mg
2024.11.09 Szombat	Eperleves ^{1,7} Rántott csirkemell ^{1,3,6} Rizi-bizi
	E: 2 051,94kcal, Zsír: 77,37g, Feh.: 65,86g, CH: 229,63g, Cuk: 0,00g, Só: 2,05g, Ca: 185,56mg
2024.11.10 Vasárnap	Tarhonyaleves ^{1,3,9} Rakott kelkáposzta ^{1,7,12}
	E: 1 036,94kcal, Zsír: 47,72g, Feh.: 50,18g, CH: 95,06g, Cuk: 0,00g, Só: 3,01g, Ca: 359,86mg

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!