



ÉTLAP

2024.11.18 - 2024.11.24

47. 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
2024.11.18 Hétfő	Vegyesgyümölcs cibere Bolognai spagetti ^{1,3,7}
	E: 789,39kcal, Zsír: 31,81g, Feh.: 36,74g, CH: 87,05g, Cuk: 0,13g, Só: 1,45g, Ca: 201,31mg
2024.11.19 Kedd	Erőleves eperlevéllel ^{1,3} Hentestokány ^{1,6,10,12} Párolt rizs
	E: 620,18kcal, Zsír: 14,79g, Feh.: 26,93g, CH: 86,08g, Cuk: 0,00g, Só: 1,69g, Ca: 86,41mg
2024.11.20 Szerda	Jókai bableves ^{1,3,7} Meggyes-mákos rétes ^{1,3,7}
	E: 798,61kcal, Zsír: 30,00g, Feh.: 27,82g, CH: 97,72g, Cuk: 4,50g, Só: 1,92g, Ca: 117,52mg
2024.11.21 Csütörtök	Lebbencsleves ^{1,3,9} Rakott zöldbab ⁷
	E: 754,23kcal, Zsír: 37,03g, Feh.: 31,64g, CH: 68,46g, Cuk: 0,00g, Só: 0,88g, Ca: 109,00mg
2024.11.22 Péntek	Karalábéleves ^{1,7} Tarhonyáshús ^{1,3} Csemege uborka
	E: 606,52kcal, Zsír: 23,20g, Feh.: 28,51g, CH: 68,17g, Cuk: 0,00g, Só: 1,90g, Ca: 107,96mg

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: Szabó Sándor

Tápl. tud. szakember: Duró Zoltánné

A változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk!



ÉTLAP

2024.11.18 - 2024.11.24

47. 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
2024.11.18 Hétfő	Vegyesgyümölcs cibere Bolognai spagetti ^{1,3,7}
	E: 943,15kcal, Zsír: 33,61g, Feh.: 40,19g, CH: 117,74g, Cuk: 0,19g, Só: 1,74g, Ca: 239,01mg
2024.11.19 Kedd	Erőleves eperlevéllel ^{1,3} Hentestokány ^{1,6,10,12} Párolt rizs
	E: 685,88kcal, Zsír: 15,54g, Feh.: 30,03g, CH: 95,32g, Cuk: 0,00g, Só: 1,82g, Ca: 89,28mg
2024.11.20 Szerda	Jócai bableves ^{1,3,7} Meggyes-mákos rétes ^{1,3,7}
	E: 814,21kcal, Zsír: 30,54g, Feh.: 29,87g, CH: 98,22g, Cuk: 5,00g, Só: 2,43g, Ca: 119,21mg
2024.11.21 Csütörtök	Lebbencsleves ^{1,3,9} Rakott zöldbab ⁷
	E: 793,08kcal, Zsír: 38,30g, Feh.: 33,14g, CH: 73,37g, Cuk: 0,00g, Só: 1,01g, Ca: 116,57mg
2024.11.22 Péntek	Karalábéleves ^{1,7} Tarhonyáshús ^{1,3} Csemege uborka
	E: 720,64kcal, Zsír: 34,00g, Feh.: 32,37g, CH: 78,54g, Cuk: 0,00g, Só: 2,21g, Ca: 119,15mg

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: Szabó Sándor
Tápl. tud. szakember: Duró Zoltánné

A változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!