



ÉTLAP

2024.12.02 - 2024.12.08

49. 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
2024.12.02 Hétfő	Magyaros zöldborsóleves ^{1,3,9} Hortobágyi aprópecsenye ^{1,6,7} Csavart csőtészta ^{1,3} E: 1 148,19kcal, Zsír: 45,19g, Feh.: 50,63g, CH: 133,39g, Cuk: 0,00g, Só: 1,70g, Ca: 176,10mg
2024.12.03 Kedd	Tavaszi zöldségleves csigatésztával ^{1,3} Paradicsomos káposztafőzelék ¹ Ripp-ropp fasírt ^{1,3,6,7,9,10,11} E: 1 348,08kcal, Zsír: 62,84g, Feh.: 33,16g, CH: 174,35g, Cuk: 0,00g, Só: 6,58g, Ca: 121,63mg
2024.12.04 Szerda	Palócleves ^{1,7,12} Diós kifli ^{1,3,7} E: 1 075,62kcal, Zsír: 38,23g, Feh.: 37,97g, CH: 136,94g, Cuk: 0,00g, Só: 0,65g, Ca: 60,97mg
2024.12.05 Csütörtök	Restasszony leves ^{1,3,9} Rántott hal ^{1,3,4,6} Párolt rizs Tartármártás ^{3,7,10} E: 2 101,76kcal, Zsír: 120,50g, Feh.: 56,82g, CH: 187,31g, Cuk: 3,00g, Só: 4,82g, Ca: 174,65mg
2024.12.06 Péntek	Eper-alma cibere Sajtmártásos csirkemell ⁷ Szarvacska tésztaköret ^{1,3} Szaloncukor ^{1,5,6,7} E: 1 566,44kcal, Zsír: 43,10g, Feh.: 51,78g, CH: 222,35g, Cuk: 0,00g, Só: 1,82g, Ca: 318,21mg
2024.12.07 Szombat	Brokkolileves ^{1,7} Brassói aprópecsenye Tört burgonya E: 1 362,12kcal, Zsír: 86,13g, Feh.: 40,45g, CH: 114,92g, Cuk: 0,00g, Só: 1,21g, Ca: 243,12mg
2024.12.08 Vasárnap	Paradicsomleves ^{1,3} Rizses hús ¹² Csemege uborka E: 1 348,43kcal, Zsír: 59,76g, Feh.: 35,63g, CH: 187,37g, Cuk: 0,00g, Só: 2,54g, Ca: 66,38mg

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!