



ÉTLAP

2024.12.16 - 2024.12.22

51. 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
2024.12.16 Hétfő	Meggycibere Rizses hús ¹² Csemege uborka
	E: 706,32kcal, Zsír: 30,95g, Feh.: 23,77g, CH: 97,96g, Cuk: 0,00g, Só: 1,46g, Ca: 74,00mg
2024.12.17 Kedd	Karfiolleves ^{1,7} Bolognai spagetti ^{1,3,7}
	E: 829,19kcal, Zsír: 39,47g, Feh.: 36,41g, CH: 79,91g, Cuk: 0,11g, Só: 1,68g, Ca: 237,17mg
2024.12.18 Szerda	Babgulyás ^{1,3,9,12} Túrós batyu ^{1,3,7}
	E: 735,47kcal, Zsír: 19,08g, Feh.: 33,47g, CH: 103,52g, Cuk: 4,40g, Só: 0,84g, Ca: 87,38mg
2024.12.19 Csütörtök	Francia hagymaleves ^{1,3,7,12} Gyros csirkemell filéből ¹² Párolt rizs Friss saláta majonézes öntettel ^{3,7,10}
	E: 1 109,37kcal, Zsír: 68,41g, Feh.: 34,12g, CH: 68,03g, Cuk: 0,22g, Só: 3,37g, Ca: 132,87mg
2024.12.20 Péntek	Fokhagymás burgonyaleves ^{1,12} Vadas sertésragu ^{1,7,10} Csavart csőtészta ^{1,3}
	E: 811,99kcal, Zsír: 33,75g, Feh.: 30,31g, CH: 102,70g, Cuk: 0,00g, Só: 2,72g, Ca: 128,13mg

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

2024.12.16 - 2024.12.22

51. 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
2024.12.16 Hétfő	Meggybibere Rizses hús ¹² Csemege uborka
	E: 738,21kcal, Zsír: 32,06g, Feh.: 23,88g, CH: 103,26g, Cuk: 0,00g, Só: 1,65g, Ca: 76,13mg
2024.12.17 Kedd	Karfiolleves ^{1,7} Bolognai spagetti ^{1,3,7}
	E: 931,63kcal, Zsír: 42,54g, Feh.: 41,02g, CH: 93,68g, Cuk: 0,17g, Só: 1,99g, Ca: 284,04mg
2024.12.18 Szerda	Babgulyás ^{1,3,9,12} Túrós batyu ^{1,3,7}
	E: 836,06kcal, Zsír: 24,69g, Feh.: 39,71g, CH: 109,52g, Cuk: 4,40g, Só: 0,93g, Ca: 101,43mg
2024.12.19 Csütörtök	Francia hagymaleves ^{1,3,7,12} Gyros csirkemell filéből ¹² Párolt rizs Friss saláta majonézes öntettel ^{3,7,10}
	E: 1 219,99kcal, Zsír: 73,54g, Feh.: 37,92g, CH: 78,14g, Cuk: 0,30g, Só: 4,09g, Ca: 147,10mg
2024.12.20 Péntek	Fokhagymás burgonyaleves ^{1,12} Vadas sertésragu ^{1,7,10} Csavart csőtészta ^{1,3}
	E: 892,80kcal, Zsír: 35,20g, Feh.: 32,09g, CH: 117,51g, Cuk: 0,00g, Só: 3,42g, Ca: 144,84mg

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: Szabó Sándor

Tápl. tud. szakember: Duró Zoltánné

A változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk!