



ÉTLAP

2024.03.04 - 2024.03.10

10. 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
2024.03.04 Hétfő	Gulyásleves ^{1,3,9,12} Krémescsoki ^{1,6,7} E: 1 219,46kcal, Zsír: 28,79g, Feh.: 44,78g, CH: 195,38g, Cuk: 20,05g, Só: 2,10g, Ca: 666,04mg
2024.03.05 Kedd	Vegyes gyümölcsleves ^{1,7} Sertéspörkölt ¹² Szarvacska tésztaöntet ^{1,3} Cékla E: 1 454,00kcal, Zsír: 45,55g, Feh.: 48,66g, CH: 228,67g, Cuk: 0,00g, Só: 1,81g, Ca: 139,14mg
2024.03.06 Szerda	Lebbencsleves ^{1,3,9} Lencsefőzelék ^{1,7,12} Sertés fasírt ^{1,3,6} E: 1 372,60kcal, Zsír: 49,95g, Feh.: 64,83g, CH: 159,36g, Cuk: 0,00g, Só: 3,79g, Ca: 156,67mg
2024.03.07 Csütörtök	Csontleves eperlevéllel ^{1,3} Rakott ínycsirkék ⁷ E: 895,21kcal, Zsír: 29,16g, Feh.: 40,45g, CH: 98,31g, Cuk: 0,00g, Só: 2,13g, Ca: 174,95mg
2024.03.08 Péntek	Köménymaglevés ^{1,3,7} Brassói aprópecsenye (sertésből) Tört burgonya Vegyes vágott ¹⁰ E: 1 346,19kcal, Zsír: 91,76g, Feh.: 38,92g, CH: 114,02g, Cuk: 0,00g, Só: 0,89g, Ca: 179,35mg
2024.03.09 Szombat	Brokkolileves ^{1,7} BBQ sült csirkeszárny ^{1,9,10,12} Mexikói rizs E: 1 486,11kcal, Zsír: 83,64g, Feh.: 63,61g, CH: 112,19g, Cuk: 10,85g, Só: 15,39g, Ca: 241,64mg
2024.03.10 Vasárnap	Tárkonyos-tejfölös raguleves ^{1,7} Lekváros nudli ^{1,3,6} E: 1 337,27kcal, Zsír: 38,36g, Feh.: 33,49g, CH: 217,83g, Cuk: 0,00g, Só: 2,84g, Ca: 171,09mg

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Ráktétel 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!