



# ÉTLAP

2024.03.18 - 2024.03.24

12. 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
2024.03.18 Hétfő	Legényfogóleves <sup>1,7</sup> Meggyes rétes <sup>1,3,7</sup> E: 762,33kcal, Zsír: 33,61g, Feh.: 25,89g, CH: 81,75g, Cuk: 8,00g, Só: 1,98g, Ca: 94,47mg
2024.03.19 Kedd	Erőleves csigatésztával <sup>1,3</sup> Sajtos-tejfölös rakott csirkemell <sup>1,3,7</sup> E: 1 133,26kcal, Zsír: 28,98g, Feh.: 61,55g, CH: 123,74g, Cuk: 0,00g, Só: 2,54g, Ca: 371,89mg
2024.03.20 Szerda	Vegyesgyümölcs cibere Frankfurti sertéstokány <sup>1,6,7,12</sup> Copfocska tészta köret <sup>1,3</sup> E: 1 391,79kcal, Zsír: 41,70g, Feh.: 47,52g, CH: 203,43g, Cuk: 0,00g, Só: 2,08g, Ca: 126,40mg
2024.03.21 Csütörtök	Olaszos paradicsomleves <sup>1,3</sup> Párolt rizs Gyros csirkecomb filéből <sup>1,2</sup> Friss saláta majonézes öntettel <sup>3,7,10</sup> E: 1 848,49kcal, Zsír: 113,00g, Feh.: 36,44g, CH: 187,42g, Cuk: 0,00g, Só: 5,38g, Ca: 159,84mg
2024.03.22 Péntek	Hamis gulyásleves <sup>1,3,9</sup> Bolognai spagetti <sup>1,3,7</sup> E: 1 262,35kcal, Zsír: 39,72g, Feh.: 55,86g, CH: 162,63g, Cuk: 0,25g, Só: 2,80g, Ca: 316,37mg
2024.03.23 Szombat	Karalábéleves <sup>1,7</sup> Mustáros sertés flekken <sup>10</sup> Hagymás tört burgonya Csemege uborka E: 1 422,38kcal, Zsír: 76,75g, Feh.: 81,80g, CH: 112,11g, Cuk: 0,00g, Só: 5,23g, Ca: 300,51mg
2024.03.24 Vasárnap	Tarhonyaleves <sup>1,3,9</sup> Rakott kelkáposzta <sup>1,7,12</sup> E: 987,65kcal, Zsír: 47,46g, Feh.: 46,22g, CH: 87,74g, Cuk: 0,00g, Só: 3,09g, Ca: 301,72mg

**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: Kiss Nikolett

Tápl. tud. szakember: Duró Zoltánné

A változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk!