



# ÉTLAP

2024.06.17 - 2024.06.23

25. 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
2024.06.17 Hétfő	Paradisomleves <sup>1,3</sup> Brassói aprópecsenye (sertésből) Párolt rizs E: 948,77kcal, Zsír: 34,53g, Feh.: 25,64g, CH: 130,45g, Cuk: 0,00g, Só: 0,79g, Ca: 50,76mg
2024.06.18 Kedd	Csokonai leves (S) <sup>1,7,10</sup> Túrós batyu <sup>1,3,7</sup> E: 572,85kcal, Zsír: 16,50g, Feh.: 24,77g, CH: 77,36g, Cuk: 4,00g, Só: 0,92g, Ca: 73,44mg
2024.06.19 Szerda	Lebbencsleves <sup>1,3,9</sup> Sült csirkecomb <sup>12</sup> Kukorica saláta <sup>3,7,10</sup> E: 1 161,76kcal, Zsír: 76,73g, Feh.: 43,88g, CH: 69,33g, Cuk: 2,00g, Só: 2,80g, Ca: 119,68mg
2024.06.20 Csütörtök	Vegyes gyümölcsleves <sup>1,7</sup> Marhapörkölt <sup>12</sup> Tarhonya köret <sup>1,3</sup> Csemege uborka E: 911,71kcal, Zsír: 43,46g, Feh.: 38,04g, CH: 96,46g, Cuk: 0,00g, Só: 1,54g, Ca: 55,80mg
2024.06.21 Péntek	Erőleves csigatésztával <sup>1,3</sup> Csirkemell falatok vadasmártással <sup>1,7,10</sup> Csavart csötészta <sup>1,3</sup> E: 745,63kcal, Zsír: 22,98g, Feh.: 32,83g, CH: 91,07g, Cuk: 0,00g, Só: 2,02g, Ca: 128,26mg

**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: Kiss Nikolett

Tápl. tud. szakember: Duró Zoltánné

A változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk!



# ÉTLAP

2024.06.17 - 2024.06.23

25. 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
2024.06.17 Hétfő	Paradicsomleves <sup>1,3</sup> Brassói aprópecsenye (sertésből) Párolt rizs E: 1 138,92kcal, Zsír: 43,35g, Feh.: 29,66g, CH: 154,03g, Cuk: 0,00g, Só: 1,01g, Ca: 58,44mg
2024.06.18 Kedd	Csokonai leves (S) <sup>1,7,10</sup> Túrós batyu <sup>1,3,7</sup> E: 601,32kcal, Zsír: 17,27g, Feh.: 27,39g, CH: 79,79g, Cuk: 4,00g, Só: 1,04g, Ca: 79,18mg
2024.06.19 Szerda	Lebbencsleves <sup>1,3,9</sup> Sült csirkecomb <sup>12</sup> Kukorica saláta <sup>3,7,10</sup> E: 1 334,37kcal, Zsír: 88,94g, Feh.: 48,09g, CH: 79,99g, Cuk: 2,20g, Só: 3,06g, Ca: 138,53mg
2024.06.20 Csütörtök	Vegyes gyümölcsleves <sup>1,7</sup> Marhapörkölt <sup>12</sup> Tarhonya köret <sup>1,3</sup> Csemege uborka E: 1 085,15kcal, Zsír: 51,42g, Feh.: 45,42g, CH: 120,31g, Cuk: 0,00g, Só: 1,76g, Ca: 66,66mg
2024.06.21 Péntek	Erőleves csigatésztával <sup>1,3</sup> Csirkemell falatok vadasmártással <sup>1,7,10</sup> Csavart csötészta <sup>1,3</sup> E: 849,80kcal, Zsír: 24,61g, Feh.: 37,13g, CH: 105,47g, Cuk: 0,00g, Só: 2,13g, Ca: 146,76mg

**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!