



# ÉTLAP

2024.10.07 - 2024.10.13

41. 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
2024.10.07 Hétfő	Köménymaglevés <sup>1,3,7</sup> Hortobágyi aprópecsenye <sup>1,6,7</sup> Copfocska tészta köret <sup>1,3</sup> <small>E: 931,68kcal, Zsír: 55,28g, Feh.: 33,05g, CH: 79,06g, Cuk: 0,00g, Só: 0,77g, Ca: 152,58mg</small>
2024.10.08 Kedd	Vegyes gyümölcsleves <sup>1,7</sup> Tarhonyáshús <sup>1,3</sup> Cékla <small>E: 635,73kcal, Zsír: 14,35g, Feh.: 27,95g, CH: 96,13g, Cuk: 0,00g, Só: 1,68g, Ca: 79,86mg</small>
2024.10.09 Szerda	Gulyásleves <sup>1,3,9,12</sup> Túrós batyu <sup>1,3,7</sup> <small>E: 617,39kcal, Zsír: 18,24g, Feh.: 24,48g, CH: 84,01g, Cuk: 4,00g, Só: 1,23g, Ca: 51,44mg</small>
2024.10.10 Csütörtök	Kertészleves <sup>1</sup> Gyros csirkecomb filéből <sup>1,2</sup> Párolt rizs Friss saláta majonézes öntettel <sup>3,7,10</sup> <small>E: 1 041,86kcal, Zsír: 76,65g, Feh.: 23,88g, CH: 72,94g, Cuk: 0,00g, Só: 3,86g, Ca: 115,02mg</small>
2024.10.11 Péntek	Tejfölös gombaleves <sup>1,3,7</sup> Sült debreceni kolbász Tört burgonya Csemege uborka <small>E: 645,83kcal, Zsír: 41,80g, Feh.: 22,63g, CH: 50,49g, Cuk: 0,00g, Só: 2,38g, Ca: 99,58mg</small>

**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. Szezámag 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!



# ÉTLAP

2024.10.07 - 2024.10.13

41. 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
2024.10.07 Hétfő	Köménymaglevés <sup>1,3,7</sup> Hortobágyi aprópecsenye <sup>1,6,7</sup> Copfocska tészta köret <sup>1,3</sup> <small>E: 1 042,39kcal, Zsír: 60,19g, Feh.: 38,49g, CH: 90,97g, Cuk: 0,00g, Só: 0,84g, Ca: 177,50mg</small>
2024.10.08 Kedd	Vegyes gyümölcsleves <sup>1,7</sup> Tarhonyáshús <sup>1,3</sup> Cékla <small>E: 815,37kcal, Zsír: 25,79g, Feh.: 32,31g, CH: 120,85g, Cuk: 0,00g, Só: 2,02g, Ca: 90,75mg</small>
2024.10.09 Szerda	Gulyásleves <sup>1,3,9,12</sup> Túrós batyu <sup>1,3,7</sup> <small>E: 678,52kcal, Zsír: 21,61g, Feh.: 27,19g, CH: 88,72g, Cuk: 4,00g, Só: 1,27g, Ca: 58,86mg</small>
2024.10.10 Csütörtök	Kertészleves <sup>1</sup> Gyros csirkecomb filéből <sup>12</sup> Párolt rizs Friss saláta majonézes öntettel <sup>3,7,10</sup> <small>E: 1 152,76kcal, Zsír: 81,67g, Feh.: 28,80g, CH: 86,28g, Cuk: 0,00g, Só: 4,94g, Ca: 133,70mg</small>
2024.10.11 Péntek	Tejfölös gombaleves <sup>1,3,7</sup> Sült debreceni kolbász Tört burgonya Csemege uborka <small>E: 725,58kcal, Zsír: 45,13g, Feh.: 25,42g, CH: 59,32g, Cuk: 0,00g, Só: 2,65g, Ca: 106,16mg</small>

**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. Szezámag 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!