

Heti étlap 2016.05.23. - 2016.05.27.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00045) Alsós /7-10/	Húsleves, Cérnametélt , Sárgrépa,zeller,fehérrepa, Zöldbabfőzelék, főtt virsli, graham kenyér, Sajtos pogácsa			Tárkonyos sertésraguleves, túros tészta, tejföl , Nektarin			Zöldséges karalábéleves, Burgonyafőzelék, Húspogácsa, teljes kiőrlésű kenyér, Almáslepény			Cukkíni krémleves, zsemlekočka, Töltött csirkecomb , Rizibizi, Csalamádé			Lencsegulyás, Mákos derelye, alma		
		Energia: 673,35 Kcal / 2 814,60 KJ			Energia: 671,39 Kcal / 2 806,41 KJ			Energia: 742,65 Kcal / 3 104,28 KJ			Energia: 689,56 Kcal / 2 882,36 KJ			Energia: 634,34 Kcal / 2 651,54 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		26,86 g	28,47 g	5,70 g	33,95 g	25,34 g	10,29 g	30,06 g	22,30 g	4,23 g	45,63 g	21,51 g	4,54 g	32,11 g	9,99 g	1,58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	78,59 g	0,00 g	2,52 g	75,84 g	0,00 g	1,47 g	102,80 g	0,00 g	2,93 g	77,32 g	2,10 g	2,22 g	100,86 g	0,00 g	1,09 g	
	1,3,7,9,(6),(10)			1,3,7,9			1,3,7,(5)			1,3,7			1,3,9,10,(12)			
	(00046) Felső /11-14/	Húsleves, Cérnametélt, Sárgrépa,zeller,fehérrepa, Zöldbabfőzelék, Főtt virsli, graham kenyér, Sajtos pogácsa			Tárkonyos sertésraguleves, túros tészta, tejföl , Nektarin			Zöldséges karalábéleves, Burgonyafőzelék, Sertés húspogácsa, teljes kiőrlésű kenyér, Almáslepény			Cukkíni krémleves, zsemlekočka, Töltött csirkecomb , Rizibizi, Csalamádé			Lencsegulyás, Mákos derelye, alma		
		Energia: 861,40 Kcal / 3 600,65 KJ			Energia: 771,80 Kcal / 3 226,12 KJ			Energia: 904,13 Kcal / 3 779,26 KJ			Energia: 797,27 Kcal / 3 332,59 KJ			Energia: 804,39 Kcal / 3 362,35 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
35,85 g		40,76 g	10,14 g	38,74 g	28,10 g	10,98 g	37,86 g	27,27 g	5,57 g	44,99 g	24,17 g	4,74 g	40,55 g	13,04 g	2,03 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
88,57 g	0,00 g	4,20 g	89,81 g	0,00 g	2,42 g	123,77 g	0,00 g	3,48 g	98,72 g	3,00 g	2,61 g	127,30 g	0,00 g	1,76 g		
1,3,7,9,(6),(10)			1,3,7,9			1,3,7,(5)			1,3,7			1,3,9,10,(12)				

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

Leimeiszter István
vezet séf

Babos Mária
ügyvezet

Üzemeltet : Martinus Gastro Kft, Szombathely, Szily János u. 1./ Tel: 30-483-9880/

