



## Heti étlap 2016.06.13. - 2016.06.17.

		hétfő			kedd			szerda		
<b>Ebéd</b>	<b>(00045) Alsós /7-10/</b>	Zellerkrémleves, Levesgyöngy, Bolognai spagetti, reszelt sajt, Őszibarack			Tojásleves, Székelykáposzta , teljes kiörlésű kenyér, Barackos túrós rétes			Zöldséges karfiolleves, Paprikás csirkemell, galuska, Gyümölcsös zabszelet		
		Energia: 616,93 Kcal / 2 578,77 KJ			Energia: 601,27 Kcal / 2 513,31 KJ			Energia: 712,23 Kcal / 2 977,12 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		35,17 g	23,66 g	8,50 g	31,97 g	15,56 g	4,29 g	35,75 g	23,99 g	5,97 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	64,04 g	0,69 g	2,41 g	82,60 g	0,00 g	4,52 g	84,96 g	8,88 g	1,64 g	
	1,3,7,9			1,3,7,(12)			1,3,7,(6),(8)			
	<b>(00046) Felső /11-14/</b>	Zellerkrémleves, Levesgyöngy, Bolognai spagetti, reszelt sajt, Őszibarack			Tojásleves, Székelykáposzta , teljes kiörlésű kenyér, Barackos túrós rétes			Zöldséges karfiolleves, Paprikás csirkemell, galuska, Gyümölcsös zabszelet		
		Energia: 807,49 Kcal / 3 375,31 KJ			Energia: 653,68 Kcal / 2 732,38 KJ			Energia: 858,16 Kcal / 3 587,11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
47,75 g		30,63 g	11,38 g	36,77 g	18,43 g	5,25 g	48,89 g	27,79 g	6,68 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
82,97 g	0,98 g	3,62 g	84,37 g	0,00 g	4,92 g	99,27 g	8,88 g	2,46 g		
1,3,7,9			1,3,7,(12)			1,3,7,(6),(8)				

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

Leimeiszter István  
vezet séf

Babos Mária  
ügyvezet

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

