



Heti étlap 2017.01.02. - 2017.01.06.

		kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00045) Alsós /7-10/	Csirkeraguleves, túrós tészta, tejföl , Mandarin			Húsleves, Cérnametélt , Burgonyafőzelék, Fasírt, teljes kiörlésű kenyér, Múzliszelet			Zellerkrémleves, Levesgyöngy, Csirkemell szezámos bundában, Párolt rizs, Kínai kelsaláta			Zöldséges daragaluska leves, Paradicsomos káposzta benne főtt hússal, graham kenyér, Sajtos rúd		
		Energia: 601,98 Kcal / 2 516,28 Kj			Energia: 645,94 Kcal / 2 700,03 Kj			Energia: 701,52 Kcal / 2 932,35 Kj			Energia: 606,13 Kcal / 2 533,62 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		38,15 g	22,94 g	9,30 g	31,97 g	19,39 g	4,48 g	39,49 g	21,80 g	4,45 g	31,00 g	18,36 g	4,73 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	59,61 g	0,00 g	2,05 g	84,76 g	4,00 g	3,12 g	85,97 g	2,20 g	2,51 g	82,83 g	5,00 g	2,92 g	
	1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,7,9,11			1,3,6,7,9			
	(00046) Felső /11-14/	Csirkeraguleves, túrós tészta, tejföl , Mandarin			Húsleves, Cérnametélt, Burgonyafőzelék, Fasírt, teljes kiörlésű kenyér, Múzliszelet			Zellerkrémleves, Levesgyöngy, Csirkemell szezámos bundában, Párolt rizs, Kínai kelsaláta			Zöldséges daragaluska leves, Paradicsomos káposzta benne főtt hússal, graham kenyér, Sajtos rúd		
		Energia: 731,40 Kcal / 3 057,25 Kj			Energia: 795,66 Kcal / 3 325,86 Kj			Energia: 804,33 Kcal / 3 362,10 Kj			Energia: 722,06 Kcal / 3 018,21 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
44,09 g		26,78 g	10,11 g	39,64 g	24,02 g	5,83 g	42,98 g	23,03 g	4,67 g	39,40 g	22,97 g	5,93 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
77,14 g	0,00 g	2,45 g	103,74 g	4,00 g	3,95 g	105,30 g	3,10 g	3,16 g	92,76 g	6,99 g	4,28 g		
1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,7,9,11			1,3,6,7,9				

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

Leimeiszter István
vezet séf

Babos Mária
ügyvezet

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

