



Heti étlap 2017.02.06. - 2017.02.10.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|------------|-----------------------|-------------------------------------|---------------------|---------------------|---|---------|------------|--|----------|------------|---|-----------|------------|---|---------|----------|
| Ebéd | (00045) Alsós /7-10/ | Palócleves, Diós,mákos tészta, alma | | | Húsleves, lúdgége tészta, Lencsefőzelék, Főtt virsli, teljes kiőrlésű kenyér, Müzliszelet | | | Brokkoli krémleves, zsemlekocka, Tarhonyás hús, Káposztasaláta, Mandarin | | | Zöldséges májgaluska leves, Göngyölt csirkemell, burgonyapüré, Kukoricasaláta | | | Tojásleves, Paradicsomos káposzta benne főtt hússal, graham kenyér, Túrós bukta | | |
| | | Energia: 712,37 Kcal / 2 977,71 KJ | | | Energia: 658,01 Kcal / 2 750,48 KJ | | | Energia: 621,38 Kcal / 2 597,37 KJ | | | Energia: 626,38 Kcal / 2 618,27 KJ | | | Energia: 657,09 Kcal / 2 746,64 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 31,52 g | 26,58 g | 6,77 g | 32,84 g | 22,79 g | 5,73 g | 34,39 g | 16,99 g | 4,14 g | 43,55 g | 11,67 g | 2,50 g | 33,46 g | 20,62 g | 3,46 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| | 85,11 g | 11,24 g | 1,18 g | 79,62 g | 5,44 g | 2,60 g | 81,42 g | 3,00 g | 1,67 g | 85,26 g | 1,20 g | 3,35 g | 85,72 g | 5,00 g | 3,05 g | |
| | 1,3,7,8 | | | 1,3,7,9,10,(6),(12) | | | 1,3,7 | | | 1,3,7,9 | | | 1,3,7,(6) | | | |
| | (00046) Felső /11-14/ | Palócleves, Diós,mákos tészta, alma | | | Húsleves, lúdgége tészta, Lencsefőzelék, Főtt virsli, teljes kiőrlésű kenyér, Müzliszelet | | | Brokkoli krémleves, zsemlekocka, Tarhonyás hús, Káposztasaláta, Mandarin | | | Zöldséges májgaluska leves, Göngyölt csirkemell, burgonyapüré, Kukoricasaláta | | | Tojásleves, Paradicsomos káposzta benne főtt hússal, graham kenyér, Túrós bukta | | |
| | | Energia: 860,06 Kcal / 3 595,05 KJ | | | Energia: 888,41 Kcal / 3 713,55 KJ | | | Energia: 712,09 Kcal / 2 976,54 KJ | | | Energia: 716,37 Kcal / 2 994,43 KJ | | | Energia: 759,73 Kcal / 3 175,67 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| 36,59 g | | 31,87 g | 7,93 g | 45,40 g | 35,50 g | 10,07 g | 39,42 g | 20,77 g | 5,02 g | 46,97 g | 12,86 g | 2,79 g | 40,88 g | 25,68 g | 4,62 g | |
| Szénhidrát | | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | |
| 104,87 g | 14,99 g | 1,91 g | 95,80 g | 6,00 g | 3,93 g | 90,44 g | 3,00 g | 2,54 g | 101,39 g | 1,50 g | 4,18 g | 92,33 g | 6,99 g | 3,69 g | | |
| 1,3,7,8 | | | 1,3,7,9,10,(6),(12) | | | 1,3,7 | | | 1,3,7,9 | | | 1,3,7,(6) | | | | |

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

Leimeiszter István
vezet séf

Babos Mária
ügyvezet

Üzemeltet : Martinus Gastro Kft, Szombathely, Szily János u. 1./ Tel: 30-483-9880, Konyha Tel:06-30-449-2378/

