

Heti étlap 2017.03.13. - 2017.03.17.

		hétfő			kedd			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00045) Alsós /7-10/	Zöldséges daragaluska leves, Bakonyi csirkemell, galuska, alma			Tojásleves, Lencsefőzelék, Főtt virsli, teljes kiörlésű kenyér, Erdei gyümölcsös gabonás keksz			Gulyásleves, túrós tészta, tejföl , Narancs			Gombakrémleves, reszelt sajt, Halfilé mandulás bundában, Párolt rizs, Kukoricasaláta		
		Energia: 640,87 Kcal / 2 678,84 KJ			Energia: 749,67 Kcal / 3 133,62 KJ			Energia: 694,76 Kcal / 2 904,10 KJ			Energia: 749,80 Kcal / 3 134,16 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		30,72 g	21,72 g	3,38 g	33,27 g	29,56 g	9,60 g	32,99 g	26,79 g	10,45 g	36,91 g	24,83 g	6,72 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	77,32 g	0,00 g	2,49 g	85,91 g	10,32 g	2,82 g	78,18 g	0,00 g	1,00 g	93,29 g	1,28 g	3,93 g	
	1,3,7,9			1,3,6,7,10,(5),(8),(12)			1,3,7			1,3,4,7,8			
	(00046) Felső /11-14/	Zöldséges daragaluska leves, Bakonyi csirkemell, galuska, alma			Tojásleves, Lencsefőzelék, Főtt virsli, teljes kiörlésű kenyér, Erdei gyümölcsös gabonás keksz			Gulyásleves, túrós tészta, tejföl , Narancs			Gombakrémleves, reszelt sajt, Halfilé mandulás bundában, Párolt rizs, Kukoricasaláta		
		Energia: 778,73 Kcal / 3 255,09 KJ			Energia: 973,92 Kcal / 4 070,99 KJ			Energia: 857,55 Kcal / 3 584,56 KJ			Energia: 884,37 Kcal / 3 696,67 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
41,82 g		25,34 g	4,22 g	45,35 g	42,79 g	13,99 g	42,82 g	31,19 g	11,70 g	41,90 g	27,19 g	7,24 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
92,06 g	0,00 g	4,08 g	99,87 g	10,88 g	3,64 g	98,81 g	0,00 g	1,39 g	116,49 g	1,58 g	4,54 g		
1,3,7,9			1,3,6,7,10,(5),(8),(12)			1,3,7			1,3,4,7,8				

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/

