



## Heti étlap 2017.04.24. - 2017.04.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Ebéd</b>	<b>(00045) Alsós /7-10/</b>	Zöldséges májgaluska leves, Bakonyi csirkemell, galuska, Eper			Tojásleves, Tökfőzelék, Szárnyasvagdalt, teljes kiörlésű kenyér, Sajtós rúd			Babgulyás, Darástészta, Kínai kelsaláta			Zellerkrémleves, Levesgyöngy, sertésborda tökmagos bundában, burgonyapüré, őszibarack befőtt			Zöldséges karfiolleves, Paradicsomos káposzta benne főtt hússal, graham kenyér, Meggyes rétes		
		Energia: 617,76 Kcal / 2 582,24 KJ			Energia: 620,81 Kcal / 2 594,99 KJ			Energia: 611,05 Kcal / 2 554,19 KJ			Energia: 733,07 Kcal / 3 064,23 KJ			Energia: 622,92 Kcal / 2 603,81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		35,51 g	19,06 g	2,99 g	34,47 g	20,08 g	5,54 g	31,44 g	15,27 g	3,09 g	36,38 g	29,59 g	7,69 g	30,01 g	14,46 g	2,66 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	73,10 g	0,00 g	2,58 g	74,97 g	0,00 g	3,12 g	86,13 g	12,09 g	2,53 g	78,62 g	7,08 g	2,39 g	94,41 g	5,00 g	2,88 g	
	1,3,7,9			1,3,6,7			1,3,9			1,3,7,9,(5),(8),(11)			1,3,(6),(7),(11)			
	<b>(00046) Felső /11-14/</b>	Zöldséges májgaluska leves, Bakonyi csirkemell, galuska, Eper			Tojásleves, Tökfőzelék, Szárnyasvagdalt, teljes kiörlésű kenyér, Sajtós rúd			Babgulyás, Darástészta, Kínai kelsaláta			Zellerkrémleves, Levesgyöngy, sertésborda tökmagos bundában, burgonyapüré, őszibarack befőtt			Zöldséges karfiolleves, Paradicsomos káposzta benne főtt hússal, graham kenyér, Meggyes rétes		
		Energia: 751,79 Kcal / 3 142,48 KJ			Energia: 731,49 Kcal / 3 057,63 KJ			Energia: 778,81 Kcal / 3 255,43 KJ			Energia: 796,62 Kcal / 3 329,87 KJ			Energia: 720,00 Kcal / 3 009,60 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
46,40 g		23,00 g	3,79 g	40,63 g	25,32 g	6,77 g	36,75 g	17,15 g	3,38 g	38,73 g	30,77 g	8,05 g	37,44 g	18,90 g	3,75 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
86,39 g	0,00 g	3,96 g	84,48 g	0,00 g	3,69 g	118,31 g	22,98 g	5,32 g	89,26 g	7,08 g	3,03 g	101,03 g	6,99 g	4,02 g		
1,3,7,9			1,3,6,7			1,3,9			1,3,7,9,(5),(8),(11)			1,3,(6),(7),(11)				

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/

