



Heti étlap 2017.05.01. - 2017.05.05.

		kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00045) Alsós /7-10/	Zöldborsóleves, Bolognai spagetti, reszelt sajt, alma			Húsleves, betűtészta, sárgarépa, Burgonyafőzelék, Csirkepörkölt, teljes kiőrlésű kenyér, Gyümölcsös túró rudi			Paradicsomleves, Halfilé kukoricapelyhes bundában, Bulgur, Uborkasaláta			Tárkonyos sertésraguleves, Lencsefőzelék, Főtt virsli, graham kenyér, Banános zabszelet		
		Energia: 603,23 Kcal / 2 521,50 KJ			Energia: 624,99 Kcal / 2 612,46 KJ			Energia: 699,25 Kcal / 2 922,87 KJ			Energia: 698,42 Kcal / 2 919,40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		36,59 g	18,36 g	7,72 g	38,01 g	17,56 g	2,72 g	32,10 g	21,34 g	3,38 g	37,29 g	25,28 g	8,60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	71,32 g	0,69 g	2,28 g	76,92 g	0,00 g	3,04 g	97,49 g	9,43 g	2,89 g	80,97 g	10,84 g	2,43 g	
	1,3,7,9			1,3,7,9,(6)			1,3,4,7,9			1,3,7,9,10,(5),(6),(12)			
	(00046) Felső /11-14/	Zöldborsóleves, Bolognai spagetti, reszelt sajt, alma			Húsleves, betűtészta, sárgarépa, Burgonyafőzelék, Csirkepörkölt, teljes kiőrlésű kenyér, Gyümölcsös túró rudi			Paradicsomleves, Halfilé kukoricapelyhes bundában, Bulgur, Uborkasaláta			Tárkonyos sertésraguleves, Lencsefőzelék, Főtt virsli, graham kenyér, Banános zabszelet		
		Energia: 772,97 Kcal / 3 231,01 KJ			Energia: 790,41 Kcal / 3 303,91 KJ			Energia: 796,51 Kcal / 3 329,41 KJ			Energia: 914,08 Kcal / 3 820,85 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
48,17 g		24,74 g	10,47 g	52,94 g	21,37 g	3,60 g	34,64 g	24,07 g	3,68 g	49,12 g	37,84 g	12,92 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
87,55 g	0,98 g	3,43 g	94,33 g	0,00 g	4,24 g	113,57 g	13,07 g	3,29 g	94,55 g	11,40 g	3,86 g		
1,3,7,9			1,3,7,9,(6)			1,3,4,7,9			1,3,7,9,10,(5),(6),(12)				

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/

