



Heti étlap 2017.05.22. - 2017.05.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00045) Alsós /7-10/	Tojásleves, Tököfőzelék, sertésavdalt, teljes kiőrlésű kenyér, Meggyes rétes			Hideg gyümölcsleves, Tarhonyás hús, Fejessaláta, Múzliszelet			Zöldséges karalábéleves, Burgonyafőzelék, Borsos pulykatokány, graham kenyér, Sajtos rúd			Cukkíni krémleves, Levesgyöngy, Csirkemell szezámos bundában, Párolt rizs, Káposztasaláta			Palócleves, Diós,mákos tészta, Nektarin		
		Energia: 687,20 Kcal / 2 872,50 KJ			Energia: 668,13 Kcal / 2 792,78 KJ			Energia: 642,00 Kcal / 2 683,56 KJ			Energia: 696,02 Kcal / 2 909,36 KJ			Energia: 715,47 Kcal / 2 990,66 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		34,36 g	19,50 g	4,91 g	34,88 g	19,19 g	3,97 g	34,52 g	22,19 g	6,61 g	38,16 g	20,27 g	3,35 g	31,86 g	26,44 g	6,82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	92,67 g	0,00 g	3,31 g	87,47 g	11,57 g	1,04 g	78,05 g	0,00 g	2,99 g	89,60 g	3,10 g	1,85 g	86,39 g	11,24 g	1,16 g	
	1,3,7,(11)			1,3,7			1,3,6,7			1,3,7,11			1,3,7,8			
	(00046) Felső /11-14/	Tojásleves, Tököfőzelék, sertésavdalt, teljes kiőrlésű kenyér, Meggyes rétes			Hideg gyümölcsleves, Tarhonyás hús, Fejessaláta, Múzliszelet			Zöldséges karalábéleves, Burgonyafőzelék, Borsos pulykatokány, graham kenyér, Sajtos rúd			Cukkíni krémleves, Levesgyöngy, Csirkemell szezámos bundában, Párolt rizs, Káposztasaláta			Palócleves, Diós,mákos tészta, Nektarin		
		Energia: 807,08 Kcal / 3 373,59 KJ			Energia: 797,18 Kcal / 3 332,21 KJ			Energia: 804,44 Kcal / 3 362,56 KJ			Energia: 772,91 Kcal / 3 230,76 KJ			Energia: 863,16 Kcal / 3 608,01 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
40,87 g		25,61 g	6,53 g	40,74 g	22,99 g	4,85 g	43,44 g	28,84 g	8,35 g	39,90 g	21,09 g	3,42 g	36,93 g	31,73 g	7,98 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
102,18 g	0,00 g	4,00 g	104,89 g	14,99 g	1,25 g	94,35 g	0,00 g	3,65 g	105,18 g	3,10 g	2,49 g	106,15 g	14,99 g	1,89 g		
1,3,7,(11)			1,3,7			1,3,6,7			1,3,7,11			1,3,7,8				

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/

