

Heti étlap 2017.06.05. - 2017.06.09.

		kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00045) Alsós /7-10/	Zöldséges karfiolleves, Bolognai spagetti, reszelt sajt, Gyümölcsös zabszelet			Tojásleves, Tökfőzelék, Csirkepörkölt, teljes kiőrlésű kenyér, Barackos túrós rétes			Hideg meggye leves, Halfilé kukoricapelyhes bundában, Párolt rizs, Fejessaláta			Babgulyás, Káposztás tészta, Őszibarack		
		Energia: 722,99 Kcal / 3 022,10 KJ			Energia: 600,56 Kcal / 2 510,34 KJ			Energia: 683,06 Kcal / 2 855,19 KJ			Energia: 659,56 Kcal / 2 756,96 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		37,14 g	26,27 g	11,15 g	35,96 g	14,83 g	3,14 g	32,28 g	19,19 g	3,88 g	30,89 g	20,95 g	3,69 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	82,68 g	9,57 g	2,39 g	80,01 g	0,00 g	3,05 g	93,25 g	5,41 g	1,69 g	85,12 g	11,99 g	2,29 g	
	1,3,7,9,(6),(8)			1,3,7			1,3,4,7			1,3,9			
	(00046) Felső /11-14/	Zöldséges karfiolleves, Bolognai spagetti, reszelt sajt, Gyümölcsös zabszelet			Tojásleves, Tökfőzelék, Csirkepörkölt, teljes kiőrlésű kenyér, Barackos túrós rétes			Hideg meggye leves, Halfilé kukoricapelyhes bundában, Párolt rizs, Fejessaláta			Babgulyás, Káposztás tészta, Őszibarack		
		Energia: 890,45 Kcal / 3 722,08 KJ			Energia: 728,10 Kcal / 3 043,46 KJ			Energia: 809,11 Kcal / 3 382,08 KJ			Energia: 733,64 Kcal / 3 066,62 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
48,74 g		32,37 g	13,84 g	49,49 g	20,08 g	4,28 g	35,82 g	20,61 g	4,39 g	33,03 g	24,29 g	4,11 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
98,96 g	9,86 g	3,54 g	86,33 g	0,00 g	4,04 g	117,54 g	8,08 g	1,50 g	93,82 g	11,99 g	3,09 g		
1,3,7,9,(6),(8)			1,3,7			1,3,4,7			1,3,9				

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/

