

Heti étlap 2017.12.18. - 2017.12.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
Ebéd	(00045) Alsós /7-10/	Zellerkrémleves, zsemlekočka, Bolognai spagetti, reszelt sajt, Narancs			Húsleves, eperlevél, sárgarépa, Burgonyafőzelék, Húspogácsa, teljes kiőrlésű kenyér, Múzliszelet			Babgulyás, Darástészta, Porcukor szórát, Fejessaláta			Hideg meggyleves, Csirkemell szezámos bundában, Párolt rizs, Cékasaláta		
		Energia: 720,55 Kcal / 3 011,90 Kj			Energia: 670,70 Kcal / 2 803,53 Kj			Energia: 692,59 Kcal / 2 895,03 Kj			Energia: 659,17 Kcal / 2 755,33 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		42,33 g	24,48 g	10,67 g	32,91 g	19,73 g	4,56 g	34,51 g	16,26 g	3,07 g	35,06 g	14,85 g	2,78 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	80,11 g	0,69 g	2,74 g	89,16 g	4,00 g	3,25 g	100,97 g	21,96 g	2,27 g	95,04 g	11,44 g	2,52 g	
	1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,9			1,3,7,11			
	(00046) Felső /11-14/	Zellerkrémleves, zsemlekočka, Bolognai spagetti, reszelt sajt, Narancs			Húsleves, eperlevél, sárgarépa, Burgonyafőzelék, Sertés húspogácsa, teljes kiőrlésű kenyér, Múzliszelet			Babgulyás, Darástészta, Porcukor szórát, Fejessaláta			Hideg meggyleves, Csirkemell szezámos bundában, Párolt rizs, Cékasaláta		
		Energia: 865,61 Kcal / 3 618,25 Kj			Energia: 827,37 Kcal / 3 458,41 Kj			Energia: 866,98 Kcal / 3 623,98 Kj			Energia: 768,00 Kcal / 3 210,24 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
49,52 g		29,44 g	12,85 g	40,56 g	24,11 g	5,85 g	40,14 g	18,35 g	3,34 g	37,31 g	16,24 g	3,29 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
97,80 g	0,98 g	3,86 g	110,37 g	4,00 g	4,06 g	133,98 g	32,97 g	4,92 g	116,45 g	13,09 g	2,46 g		
1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,9			1,3,7,11				

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/

