

Felső/11-14/ étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír av (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
29/04/2024 hétfő	E Brokkoli krémleves	296,52	70,94	4,52	3,36	0,96	5,58	0,00	1,06	1,7
	Tarhonyás hús	2 122,69	507,82	30,98	16,15	3,67	58,99	0,00	1,03	1,3
	Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	0,60	10
	Kukoricapehely	309,29	73,99	1,54	0,12	0,02	16,60	0,00	0,46	
	Összesen:	2 786,04	666,52	37,64	19,73	4,65	83,77	0,00	3,15	
30/04/2024 kedd	E Fejtett bableves	739,90	177,01	9,54	2,52	0,32	28,77	0,00	1,13	1,3
	Sertés húspogácsa	1 253,48	299,87	22,83	15,61	3,87	16,81	0,02	0,93	1,3,7
	burgonyapüré	985,57	235,78	7,05	3,40	1,11	43,19	0,00	0,43	7
	Csalamádé	288,37	68,99	2,24	0,32	0,04	13,83	4,00	0,29	
	Összesen:	3 267,32	781,65	41,66	21,85	5,34	102,60	4,02	2,78	
02/05/2024 csütörtök	E Tárkonyos sertésraguleves	533,84	127,71	11,21	4,50	1,29	10,19	0,00	1,24	1,3,9
	túrós tészta	1 768,52	423,09	23,86	10,80	2,88	57,65	0,00	0,88	1,3,7
	tejföl	802,62	0,00	4,20	16,50	9,27	6,45	0,00	0,00	7
	alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
	Porcukor szórát	335,66	80,30	0,00	0,00	0,00	19,98	19,98	0,00	
	Összesen:	3 658,76	683,28	39,87	32,40	13,44	104,77	19,98	2,14	
03/05/2024 péntek	E Tojásleves	321,56	76,92	4,46	5,50	1,14	2,30	0,00	0,89	1,3
	Zöldborsófőzelék	1 170,93	280,13	14,98	7,75	1,45	36,95	5,00	1,14	1,7
	Csirkepörkölt	735,67	176,00	30,63	3,19	0,51	5,95	0,00	1,22	1
	teljes kiörlésű kenyér	496,70	118,83	5,10	0,50	0,00	26,70	0,00	0,77	1
	Fánk	1 098,00	262,68	5,40	11,00	4,40	35,00	12,00	0,52	1,3,7
	Összesen:	3 822,86	914,56	60,57	27,94	7,50	106,90	17,00	4,54	

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

Leimeiszter István
 vezető séf- 30-483-8552
 Üzemeltető: Martinus Gastro Kft, Szombathely, Szily János u. 1.
 Főzőkonyha - Szombathely, Táncsics Mihály u. 48., martinusgastro@martinus.hu

Babos Mária
 ügyvezető- 30-483-9880