



Heti étlap 2024.01.08. - 2024.01.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00046) Felső /11-14/	Brokkoli krémleves, Paradicsomos tonhalas tészta, reszelt sajt, zsemlekocta	Húsleves, eperlevél, Zöldbabfőzelék, Sertés húspogácsa, teljes kiörlésű kenyér, alma	Zöldséges májgaluska leves, Hentes sertéstokány, Bulgur	Zöldséges karalábéleves, Csirkemell roston, kukoricás rizs, őszibarack befőtt	Csirkeraguleves, Sóskafőzelék, Tört burgonya, főtt tojás, Tökmagos pogácsa, graham kenyér										
		Energia: 738,55 Kcal / 3 087,14 Kj		Energia: 709,53 Kcal / 2 965,84 Kj		Energia: 716,49 Kcal / 2 994,93 Kj		Energia: 639,29 Kcal / 2 672,23 Kj		Energia: 779,11 Kcal / 3 256,68 Kj						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		43,71 g	23,55 g	10,87 g	41,30 g	26,34 g	6,34 g	44,82 g	19,90 g	4,66 g	33,63 g	9,06 g	1,20 g	44,92 g	29,14 g	8,10 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
87,07 g	0,00 g	3,65 g	86,69 g	0,02 g	3,50 g	94,46 g	0,01 g	3,98 g	104,78 g	14,00 g	1,84 g	92,82 g	1,07 g	5,66 g		

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

Leimeiszter István
vezető séf- 30-483-8552

Babos Mária
ügyvezető- 30-483-9880

Üzemeltető: Martinus Gastro Kft, Szombathely, Szily János u. 1.
Főzőkonyha - Szombathely, Táncsics Mihály u. 48., martinusgastro@martinus.hu

