

Alsós/7-10/ étlap 2025.04.14. - 2025.04.16.

		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír- sá- v (g)	Szénhid- rát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
14/04/2025	E										
		Gombakrémleves	274,27	65,62	3,91	2,42	0,55	6,96	0,00	1,49	1,7
		reszelt sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	7,(1)
		Zöldborsós sertéstokány	661,06	158,15	15,11	7,94	2,07	6,29	0,00	0,46	1
		Orsó tészta	1 088,45	260,40	10,20	5,78	0,86	41,57	0,00	0,52	1,3
		Céklasaláta	159,22	38,09	0,78	0,06	0,00	8,34	8,33	0,73	
		Összesen:	2 493,88	596,63	35,54	21,82	7,05	63,48	8,33	3,69	
15/04/2025	E										
		Tojásleves	295,63	70,72	4,44	4,88	1,07	2,18	0,00	0,89	1,3
		Burgonyafőzelék	1 013,52	197,67	5,46	8,41	2,68	35,37	0,00	1,00	1,7
		Húspogácsa	983,20	235,21	18,06	11,84	3,02	13,94	0,85	0,82	1,3,7
		teljes kiörlésű kenyér	496,70	118,83	5,10	0,50	0,00	26,70	0,00	0,77	1
		Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00	
		Összesen:	3 247,94	732,21	37,26	31,03	6,77	88,39	0,85	3,48	
16/04/2025	E										
		Csirkeguleves	621,76	148,75	20,08	2,90	0,42	10,16	0,00	1,28	1,3,9
		Császármorzsa	1 808,92	432,75	13,18	15,86	3,66	58,81	8,03	0,31	1,3,7
		Barackíz	362,49	86,72	0,15	0,00	0,00	21,39	21,39	0,00	(12)
		Összesen:	2 793,17	668,22	33,41	18,76	4,08	90,36	29,42	1,59	

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, Tancsics Mihály u. 48., martinusgastro@martinus.hu