

Felsős/11-14/ étlap 2025.04.14. - 2025.04.16.

		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
14/04/2025	hétfő										
		E Gombakrémleves	317,25	75,90	4,09	3,05	0,62	7,92	0,00	1,69	1,7
		reszelt sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	7,(1)
		Zöldborsós sertéstokány	1 110,90	265,77	23,72	11,54	2,84	16,23	0,00	0,70	1
		Orsó tészta	1 451,27	347,19	13,60	7,71	1,15	55,43	0,00	0,76	1,3
		Céklasaláta	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	13,89	1,23	
		Összesen:	3 455,68	826,72	48,26	28,02	8,18	93,81	13,89	4,87	
15/04/2025	kedd										
		E Tojásleves	321,56	76,92	4,46	5,50	1,14	2,30	0,00	0,89	1,3
		Burgonyafőzelék	1 300,60	266,34	8,13	5,38	2,33	56,22	0,00	0,52	1,7
		Sertés húspogácsa	1 253,48	299,87	22,83	15,61	3,87	16,81	0,68	0,93	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:	3 831,23	871,74	44,72	32,39	7,34	112,23	0,68	3,11	
16/04/2025	szerda										
		E Csirkeraguleves	707,82	169,33	20,71	3,89	0,53	12,37	0,00	1,32	1,3,9
		Császármorzsa	2 184,63	522,64	15,35	19,33	4,61	71,20	11,99	0,39	1,3,7
		Barackíz	362,49	86,72	0,15	0,00	0,00	21,39	21,39	0,00	(12)
		Összesen:	3 254,94	778,69	36,21	23,22	5,14	104,96	33,38	1,71	

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