

Középiskolás/15-18/ étlap 2025.04.14. - 2025.04.16.

	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (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	947,82	226,75	20,78	11,37	2,84	9,93	0,00	0,69	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:	3 292,60	787,70	45,32	27,85	8,18	87,51	13,89	4,86	
15/04/2025 kedd	E Tojásleves	321,56	76,92	4,46	5,50	1,14	2,30	0,00	1,09	1,3
	Burgonyafőzelék	1 279,53	261,30	6,87	9,92	2,85	46,20	0,00	1,01	1,7
	Húspogácsa	1 354,41	324,02	26,39	16,66	4,30	16,91	0,75	0,96	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:	3 911,09	890,85	47,02	37,98	8,29	102,31	0,75	3,83	
16/04/2025 szerda	E Csirkeraguleves	732,55	175,25	21,12	3,91	0,53	13,37	0,00	1,33	1,3,9
	Császármorzsa	3 266,10	781,36	25,35	25,07	5,98	112,65	11,99	0,55	1,3,7
	Barackíz	362,49	86,72	0,15	0,00	0,00	21,39	21,39	0,00	(12)
	Összesen:	4 361,14	1 043,33	46,62	28,98	6,51	147,41	33,38	1,88	

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, Tánics Mihály u.

48., martinusgastro@martinus.hu