Alsós/7-10/ étlap 2026.05.25. - 2026.05.29.

		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
26/05/2026 kedd											
	E	Zöldséges daragaluska leves	393,09	94,04	3,45	3,88	0,84	11,05	0,00	0,34	1,3,9,(7)
		Bakonyi sertésragu	812,17	194,30	15,17	11,78	3,47	6,65	0,86	1,87	1,7
		galuska	1 364,04	326,33	9,69	9,96	1,06	47,43	0,00	0,00	1,3
		Összesen:	2 569,30	614,67	28,31	25,62	5,37	65,13	0,86	2,21	
27/05/2026 szerda											
	E	Frankfurti leves	700,56	167,60	7,55	9,69	3,57	12,16	0,58	0,93	1,7,(6),(10)
		Csirkemell roston	557,27	133,32	22,25	4,62	0,65	0,52	0,00	0,66	
		Párolt rizs	921,27	220,40	4,80	1,57	0,19	46,50	0,00	0,30	
		őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	21,20	0,01	
		Összesen:	2 546,13	609,13	35,10	15,88	4,41	80,38	21,78	1,90	
28/05/2026 csütörtök											
	E	Húsleves	228,45	54,65	4,70	2,21	0,44	3,96	0,00	0,63	9
		eperlevél	112,36	26,88	1,05	0,24	0,04	5,10	0,00	0,11	1,3
		Tökfőzelék	547,84	131,06	2,75	8,43	2,66	10,78	1,51	0,86	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
		Tejszelet	566,81	135,60	1,74	8,30	4,92	13,14	11,46	0,13	1,3,7
		Összesen:	2 935,36	702,23	33,40	31,52	11,08	73,62	13,82	3,32	
29/05/2026 péntek											
	E	Gulyásleves	728,53	174,29	10,99	6,39	1,53	17,71	0,00	0,64	1,3
		túrós tészta	1 462,83	349,96	19,60	9,35	2,44	46,89	0,00	0,87	1,3,7
		tejföl	802,62	192,02	4,20	16,50	9,27	6,45	6,45	0,20	7,(1)
		alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
		Összesen:	3 139,39	751,06	35,19	32,64	13,24	78,05	6,45	1,72	

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