

## Felső/11-14/ étlap 2026.05.25. - 2026.05.29.

	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
<b>26/05/2026</b> <b>kedd</b>	E Zöldséges daragaluska leves	452,97	108,37	3,95	4,02	0,87	13,78	0,00	0,37	1,3,9,(7)
	Bakonyi sertésragu galuska	1 154,54	276,21	22,26	16,48	4,58	9,37	0,86	2,75	1,7
		1 542,84	369,10	11,40	10,08	1,06	55,80	0,00	0,00	1,3
	Összesen:	3 150,35	753,68	37,61	30,58	6,51	78,95	0,86	3,12	
<b>27/05/2026</b> <b>szerda</b>	E Frankfurti leves	1 045,87	250,21	11,28	14,46	5,33	18,16	0,86	2,28	1,7,(6),(10)
	Csirkemell roston	557,27	133,32	22,25	4,62	0,65	0,52	0,00	0,66	
	Párolt rizs	1 438,86	344,23	6,40	7,67	0,89	62,00	0,00	0,04	
	őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	21,20	0,01	
	Összesen:	3 409,03	815,57	40,43	26,75	6,87	101,88	22,06	2,99	
<b>28/05/2026</b> <b>csütörtök</b>	E Húsleves	231,92	55,48	4,75	2,21	0,44	4,11	0,00	0,63	9
	eperlevél	160,52	38,40	1,50	0,34	0,06	7,29	0,00	0,16	1,3
	Tökfőzelék	680,19	162,72	4,15	8,60	3,41	16,79	2,15	1,30	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
	Tejszelet	566,81	135,60	1,74	8,30	4,92	13,14	11,46	0,13	1,3,7
	Összesen:	3 389,62	810,90	40,07	35,56	12,70	84,84	14,29	3,92	
<b>29/05/2026</b> <b>péntek</b>	E Gulyásleves	979,35	234,29	15,80	7,98	2,09	24,11	0,00	0,69	1,3
	túrós tészta	1 768,52	423,09	23,86	10,80	2,88	57,65	0,00	0,88	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:	3 695,90	884,19	44,26	35,68	14,24	95,21	6,45	1,78	

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.,  
martinuscgastro@martinus.hu