



"C" menü - laktóz (tej)mentes összetételi lista

Tételes étlap 2025.03.31. - 2025.04.06.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/31/2025 hétfő	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Csontleves tésztabetéttel ovi	326.68	78.15	3.64	2.12	0.33	11.34	0.05	0.24		
			Sült virsli ovi	721.95	172.72	7.50	15.71	5.02	0.12	0.00	0.30		
			Lencsefőzelék	2 957.52	707.54	40.02	15.40	1.69	101.39	3.00	1.02		
					Összesen:	4 006.15	958.41	51.16	33.23	7.04	112.85	3.05	1.56
4/1/2025 kedd	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Narancs	155.80	37.27	0.54	0.18	0.00	7.65	0.00	0.01		
			Marhapörkölt	1 065.93	255.01	16.27	14.50	1.50	5.85	0.00	0.22		
			Zeller krémleves	467.44	111.83	1.76	7.03	0.82	10.17	0.05	1.00		
			Tészta köret gluténmentes	1 420.07	339.73	1.60	4.41	0.42	73.00	0.00	0.10		
					Összesen:	3 109.24	743.84	20.17	26.12	2.74	96.67	0.05	1.33



"C" menü - laktóz (tej)mentes összetételi lista

4/2/2025 szerda	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Egresleves	664.05	158.86	1.50	0.32	0.05	36.58	24.98	0.05		
			Rizi-bizi	1 200.54	287.21	7.21	5.09	0.60	52.87	0.05	0.11		
			Resztelt csirkemáj LÉ, TM	836.68	200.16	16.60	12.38	2.23	5.34	0.00	0.35		
			Csemege uborka	34.52	8.26	0.36	0.06	0.00	1.56	0.00	0.90		
			Összesen:	2 735.79	654.49	25.67	17.85	2.88	96.35	25.03	1.41		



"C" menü - laktóz (tej)mentes összetételi lista

4/3/2025 csütörtök (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Svéd húsgombóc +áfonyalekvár	3 884.03	929.20	26.25	63.52	10.70	54.74	28.96	0.52		
		Banán	394.89	94.47	1.17	0.09	0.00	21.78	0.00	0.05		
		Brokkoli krémleves	466.65	111.64	3.38	7.07	0.77	8.49	0.00	1.00		
		Tört burgonya	833.50	199.40	3.75	6.80	0.78	30.00	0.00	0.80		
		Összesen:	5 579.07	1 334.71	34.55	77.48	12.25	115.01	28.96	2.37		





"C" menü - laktóz (tej)mentes összetételi lista

4/4/2025 péntek (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Karfiolleves tejfeh.mentes ovi	415.29	99.35	3.48	4.75	1.67	10.37	0.23	0.23		
		Tonhalas-zöldséges rizottó	2 921.58	698.94	37.69	12.40	1.33	108.30	0.00	0.45		
		Összesen:	3 336.87	798.29	41.17	17.15	3.00	118.67	0.23	0.68		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

