



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

Tételes étlap 2025.04.07. - 2025.04.13.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/7/2025 hétfő	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Zöldborsóleves	801.33	191.71	6.68	9.94	1.12	18.56	0.05	0.12		
			Csirkepörkölt LÉ,TM	1 882.88	450.45	51.24	23.89	4.46	7.13	0.02	0.80		
			Tészta köret gluténmentes	1 420.07	339.73	1.60	4.41	0.42	73.00	0.00	0.10		
		Összesen:	4 104.28	981.89	59.52	38.24	6.00	98.69	0.07	1.02			
4/8/2025 kedd	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Alma	87.25	20.87	0.24	0.24	0.00	4.20	0.00	0.01		
			Gulyásleves	2 068.99	494.97	23.97	23.50	4.44	35.06	0.55	0.41		
			Zöldbabfőzelék	1 150.16	275.16	7.84	13.19	3.63	30.21	0.45	0.69		
			Vagdalt	1 838.05	439.73	11.05	42.32	8.31	3.21	0.02	0.59		
Összesen:	5 144.45	1 230.73	43.10	79.25	16.38	72.68	1.02	1.70					





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

4/9/2025 szerda (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Sült csirkecomb	704.91	168.64	20.99	8.92	1.74	0.89	0.00	0.98		
		Almaleves mir. TM.	739.83	176.99	1.51	0.13	0.05	41.50	24.98	0.05		
		Burgonyapüré	1 072.37	256.55	6.25	3.00	0.06	50.00	0.00	1.01		
		Mandarin	117.59	28.13	0.42	0.18	0.00	5.88	0.00	0.00		
		Összesen:	2 634.70	630.31	29.17	12.23	1.85	98.27	24.98	2.04		





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

4/10/2025 csütörtök	Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Vegyes gyüm.lev. tejf.m. ovi	377.99	90.43	1.24	1.51	1.27	17.17	7.22	0.05		
			Paprikásburg virslivel ovi	2 205.82	527.71	16.32	31.69	9.47	42.90	0.00	0.71		
			Csemege uborka	34.52	8.26	0.36	0.06	0.00	1.56	0.00	0.90		
			Összesen:	2 618.33	626.40	17.92	33.26	10.74	61.63	7.22	1.66		





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

4/11/2025 péntek (00612) Gyermekek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Fejtett bableves	1 400.27	334.99	14.05	17.39	4.82	30.74	0.00	0.69	 	
		Kukorica darás tészta lekvárra	2 977.94	712.43	8.09	3.24	0.31	160.71	60.63	0.16		
		Összesen:	4 378.21	1 047.42	22.14	20.63	5.13	191.45	60.63	0.85		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

