



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

Tételes étlap 2025.05.05. - 2025.05.11.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/5/2025 hétfő	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Frankfurti leves	485.56	116.16	5.22	7.77	1.85	6.17	0.19	0.64		
			Sonkás tészta ovi	1 940.58	467.00	20.20	19.19	5.21	52.45	0.17	1.00		
			Összesen:	2 426.14	583.16	25.42	26.96	7.06	58.62	0.36	1.64		
5/6/2025 kedd	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Meggyleves *mirelit* TM	733.51	175.48	1.75	0.53	0.05	39.66	24.98	0.05		
			Brassói aprópecsenye (friss)ovi	1 518.98	363.39	10.86	34.40	9.04	2.14	0.00	1.08		
			Sült burgonya	938.76	224.58	3.75	9.58	1.09	30.00	0.00	0.21		
			Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		
			Összesen:	3 542.27	847.43	17.40	44.59	10.18	91.16	24.98	1.38		





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

5/7/2025 szerda	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Zöldségkrémleves	515.50	123.33	1.84	7.20	0.83	12.70	0.56	0.83		
			Kukoricás rizs	1 868.17	446.93	9.08	10.19	1.20	79.19	0.00	0.10		
			Káposzta saláta	95.38	22.82	1.10	0.17	0.02	4.04	0.00	0.10		
			Grillezett csirkemell	563.20	134.74	14.89	8.06	1.00	0.50	0.00	0.00		
			Összesen:	3 042.25	727.82	26.91	25.62	3.05	96.43	0.56	1.03		





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

5/8/2025 csütörtök (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Lecsós virsli /konz/ ovi	1 288.38	308.22	10.89	25.92	8.06	7.46	1.50	1.26		
		Narancs	173.11	41.41	0.60	0.20	0.00	8.50	0.00	0.01		
		Párolt rizs	1 097.22	262.49	4.15	9.51	1.10	39.84	0.02	0.49		
		Burgonyaleves	913.00	218.42	4.41	7.19	0.85	33.41	0.45	0.52		
		Összesen:	3 471.71	830.54	20.05	42.82	10.01	89.21	1.97	2.28		





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

5/9/2025 péntek (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Karalábéleves	751.32	179.74	2.77	9.67	3.32	19.81	1.00	0.59		
		Mákos metélt tej-tojás-gluténm	2 896.13	692.85	10.15	20.89	4.02	114.14	34.97	0.12		
		Összesen:	3 647.45	872.59	12.92	30.56	7.34	133.95	35.97	0.71		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

