



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

Tételes étlap 2025.05.26. - 2025.06.01.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/26/2025 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			
5/27/2025 kedd	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Erőleves	975.75	233.43	21.92	7.89	0.74	7.67	1.54	0.36		
			Chilis bab TTGm	2 366.02	566.04	36.73	21.73	6.07	54.91	12.83	0.48		
			Narancs	103.87	24.85	0.36	0.12	0.00	5.10	0.00	0.00		
			Párolt rizs	548.61	131.25	2.08	4.76	0.55	19.92	0.01	0.25		
Összesen:	3 994.25	955.57	61.09	34.50	7.36	87.60	14.38	1.09					





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

5/28/2025 szerda	Gyermekek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Barackleves	828.59	198.23	1.30	0.30	0.03	47.05	41.18	0.05		
			Céklasaláta, csemege szeletelt	159.23	38.09	0.79	0.06	0.00	8.35	8.33	0.60		
			Burgonyapüré	1 072.37	256.55	6.25	3.00	0.06	50.00	0.00	1.01		
			Gombás sertésszelet	1 066.51	255.15	11.94	21.86	5.97	2.35	0.00	0.20		
			Összesen:	3 126.70	748.02	20.28	25.22	6.06	107.75	49.51	1.86		





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

5/29/2025 csütörtök (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Sült virsli ovi	721.95	172.72	7.50	15.71	5.02	0.12	0.00	0.30		
		Paradicsomos káposzta LÉ.	1 128.26	269.92	5.97	8.52	0.97	41.48	20.99	0.32		
		Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		
		Tésztaleves	408.89	97.82	2.51	2.99	0.39	14.97	0.00	0.30		
		Összesen:	2 610.12	624.44	17.02	27.30	6.38	75.93	20.99	0.96		





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

5/30/2025 péntek (00612) Gyermekek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Lencseleves	1 059.41	253.45	14.12	6.07	0.70	35.45	2.05	0.89	 	
		Mákos metélt tej-tojás-gluténm	2 896.13	692.85	10.15	20.89	4.02	114.14	34.97	0.12		
		Összesen:	3 955.54	946.30	24.27	26.96	4.72	149.59	37.02	1.01		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

