



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

Tételes étlap 2025.06.02. - 2025.06.08.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/2/2025 hétfő	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Grillezett csirkemell	563.20	134.74	14.89	8.06	1.00	0.50	0.00	0.29		
			Petrezselymes rizs	869.93	208.12	3.89	4.60	0.53	37.53	0.00	0.79		
			Vegyes vágott savanyúság	49.90	11.94	0.66	0.12	0.00	2.04	0.00	0.53		
			Baracklevés	599.81	143.50	1.36	0.38	0.03	33.05	19.98	0.06		
			Összesen:	2 082.84	498.30	20.80	13.16	1.56	73.12	19.98	1.67		
6/3/2025 kedd	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Erőleves	122.99	29.42	1.65	1.00	0.13	3.52	0.74	0.51		
			Vagdalt	1 838.05	439.73	11.05	42.32	8.31	3.21	0.02	0.59		
			Tökfőzelék	610.99	146.17	2.49	7.73	0.86	16.33	2.00	0.16		
			Cseresznye	162.11	38.78	0.48	0.18	0.00	8.40	0.00	0.01		
			Összesen:	2 734.14	654.10	15.67	51.23	9.30	31.46	2.76	1.27		





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

6/4/2025 szerda (00612) Gyermekek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Burgonyaleves	913.00	218.42	4.41	7.19	0.85	33.41	0.45	0.52		
		Sertés pörkölt LM	1 852.45	443.17	21.98	36.86	13.20	5.31	0.00	1.00		
		Tészta köret gluténmentes	1 420.07	339.73	1.60	4.41	0.42	73.00	0.00	0.10		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	4 330.93	1 036.11	28.39	48.86	14.47	118.72	0.45	1.63		





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

6/5/2025 csütörtök (00612) Gyermekek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Tésztaleves	408.89	97.82	2.51	2.99	0.39	14.97	0.00	0.30		
		Húsgombóc	1 078.54	258.02	12.61	14.65	5.19	18.82	0.06	0.59		
		Karfiolfőz. tejfeh.m. mir. ovi	690.12	165.10	5.92	5.75	1.79	21.86	0.23	0.21		
		Összesen:	2 177.55	520.94	21.04	23.39	7.37	55.65	0.29	1.10		





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

6/6/2025 péntek (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Tejberizs szórattal ovi	1 690.93	404.53	5.96	3.15	0.65	87.67	28.23	0.08		
		Hamisgulyás ovi	882.77	211.19	5.63	5.27	0.65	34.55	0.41	1.00	 	
		Összesen:	2 573.70	615.72	11.59	8.42	1.30	122.22	28.64	1.08		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

