



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

Tételes étlap 2025.06.09. - 2025.06.15.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/10/2025 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		
			Csirketokány	520.60	124.54	18.05	4.48	0.61	2.88	0.00	0.32		
			Párolt rizs	1 097.22	262.49	4.15	9.51	1.10	39.84	0.02	0.49		
			Káposzta saláta	95.38	22.82	1.10	0.17	0.02	4.04	0.00	0.10		
			Alma	87.25	20.87	0.24	0.24	0.00	4.20	0.00	0.01		
			Összesen:	2 533.96	606.20	25.29	14.93	1.78	90.62	25.00	0.97		
6/11/2025 szerda	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Zöldségleves	505.95	121.04	1.91	5.16	0.59	16.38	0.50	0.60		
			Sült virsli ovi	721.95	172.72	7.50	15.71	5.02	0.12	0.00	0.30		
			Sárgaborsó főzelék TM,LÉ	1 809.61	432.92	23.25	9.35	1.20	63.43	0.00	1.01		
			Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		
			Összesen:	3 388.53	810.66	33.70	30.30	6.81	99.29	0.50	1.95		





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

6/12/2025 csütörtök	Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Karalábéleves mir. TM.	644.03	154.07	4.17	7.35	0.92	17.72	0.05	0.64		
			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		
			Céklasaláta, csemege szeletelt	159.23	38.09	0.79	0.06	0.00	8.35	8.33	0.60		
			Összesen:	3 261.00	780.13	19.57	51.39	11.05	58.21	8.38	2.53		





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

6/13/2025 péntek (00612) Gyermekek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Káposztás kocka	1 525.65	367.73	13.51	8.34	1.19	58.26	4.00	0.99		
		Sütőtök krémleves tejfeh.m.ovi	441.46	105.61	1.53	5.57	1.72	12.03	0.72	0.21		
		Összesen:	1 967.11	473.34	15.04	13.91	2.91	70.29	4.72	1.20		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

