



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

Tételes étlap 2025.09.08. - 2025.09.14.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/8/2025 hétfő	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Lencseleves TM	1 082.81	259.05	14.29	6.89	1.67	34.53	2.18	0.89		
			Pulykasült ovi	710.65	170.01	14.38	12.23	2.83	0.40	0.00	0.71		
			Párolt káposzta ovi	242.99	58.13	0.89	3.83	0.44	4.82	1.50	0.05		
			Tört burgonya	416.75	99.70	1.88	3.40	0.39	15.00	0.00	0.40		
					Összesen:	2 453.20	586.89	31.44	26.35	5.33	54.75	3.68	2.05
9/9/2025 kedd	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	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		
			Alma	87.25	20.87	0.24	0.24	0.00	4.20	0.00	0.01		
			Zöldségleves	505.95	121.04	1.91	5.16	0.59	16.38	0.50	0.60		
					Összesen:	2 211.02	528.94	24.35	19.39	2.30	63.30	0.52	1.42





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

9/10/2025 szerda (00612) Gyermekek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	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		
		Újházi tyúkhúsleves	1 082.49	258.97	32.63	8.13	2.00	13.29	1.11	0.48		
		Füstölt főtt tarja	494.42	118.28	9.00	9.00	3.08	0.18	0.00	0.30		
		Összesen:	3 737.54	894.15	65.92	26.56	6.28	96.26	1.11	1.83		





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

9/11/2025 csütörtök	Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	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		
			Cseresznye leves	761.61	182.20	1.44	0.54	0.03	42.05	24.98	0.51		
			Összesen:	3 378.58	808.26	16.84	44.58	10.16	82.54	33.31	2.40		





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

9/12/2025 péntek (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Paradicsom leves	953.12	228.02	3.71	7.19	0.80	36.79	22.99	0.27		
		Sült zöldséges tészta	1 465.14	350.51	9.42	3.88	0.12	69.00	1.85	0.13		
		Összesen:	2 418.26	578.53	13.13	11.07	0.92	105.79	24.84	0.40		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

