



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

Tételes étlap 2025.09.15. - 2025.09.21.														
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
9/15/2025 hétfő	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Zöldbableves	561.35	134.29	3.07	7.10	0.81	14.38	2.05	0.69			
			Bolognai spagetti	2 520.49	602.99	27.78	14.37	3.52	88.80	15.00	0.52			
		Összesen:	3 081.84	737.28	30.85	21.47	4.33	103.18	17.05	1.21				
9/16/2025 kedd	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Húsleves főtt hússal LÉ.	1 787.61	427.66	22.76	29.25	10.30	17.72	1.31	0.52			
			Corn flake-s bund. sült párizs	2 043.68	488.92	8.46	40.47	8.44	21.98	0.00	0.62			
			Őszibarack	97.16	23.24	0.48	0.60	0.00	3.60	0.00	0.00			
			Tökfőzelék TM	798.93	191.13	4.32	7.82	0.93	25.49	2.00	0.55			
Összesen:	4 727.38	1 130.95	36.02	78.14	19.67	68.79	3.31	1.69						





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

9/17/2025 szerda	Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes (00612)	E	Őszibarackkal sült csirke mell	1 133.00	271.05	17.19	13.21	3.15	20.43	15.27	0.23		
			Vegyes köret ovi	1 262.78	302.10	6.22	5.94	0.69	55.13	0.00	0.21		
			Alma	87.25	20.87	0.24	0.24	0.00	4.20	0.00	0.01		
			Póréhagyma leves	465.10	111.27	1.26	5.92	0.67	13.05	0.41	0.10		
			Összesen:	2 948.13	705.29	24.91	25.31	4.51	92.81	15.68	0.55		





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

9/18/2025 csütörtök	Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Sertésragu leves LM, Tojásment	1 266.32	302.95	12.92	21.12	5.87	14.79	0.51	0.52		
			Serpenyős burg.kolbásszal	1 564.42	374.26	12.35	20.88	6.31	33.20	0.00	0.44		
			Csemege uborka	34.52	8.26	0.36	0.06	0.00	1.56	1.14	0.30		
			Összesen:	2 865.26	685.47	25.63	42.06	12.18	49.55	1.65	1.26		





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

9/19/2025 péntek (00612) Gyermekek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Vegyes gyüm.lev. tejf.m. ovi	377.99	90.43	1.24	1.51	1.27	17.17	7.22	0.05		
		Tonhalas-zöldséges rizottó	2 921.58	698.94	37.69	12.40	1.33	108.30	7.88	0.39		
		Összesen:	3 299.57	789.37	38.93	13.91	2.60	125.47	15.10	0.44		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

