




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

Tételes étlap 2026.04.13. - 2026.04.19.												
Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
4/13/2026 hétfő (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E Csirkepörkölt LÉ, TM	1 882.88	450.45	51.24	23.89	4.46	7.13	0.53	0.50			
	Tészta köret gluténmentes	1 420.07	339.73	1.60	4.41	0.42	73.00	0.00	0.10			
	Zöldségkrémleves	515.50	123.33	1.84	7.20	0.85	12.70	1.48	0.43			
	Összesen:	3 818.45	913.51	54.68	35.50	5.73	92.83	2.01	1.03			
4/14/2026 kedd (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E Alma	87.25	20.87	0.24	0.24	0.00	4.20	0.00	0.01			
	Gulyásleves	2 068.99	494.97	23.97	23.50	4.44	35.06	1.29	0.35			
	Zöldbabfőzelék	1 150.16	275.16	7.84	13.19	3.63	30.21	0.45	0.50			
	Vagdalt	1 838.05	439.73	11.05	42.32	8.31	3.21	0.02	0.59			
Összesen:	5 144.45	1 230.73	43.10	79.25	16.38	72.68	1.76	1.45				





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

4/15/2026 szerda (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Vegyes gyümölcsleves	722.30	172.80	1.65	0.35	0.06	40.00	24.98	0.05		
		Serpenyős burg.kolbásszal	2 443.96	584.68	18.16	31.42	9.24	55.29	0.27	0.59		
		Céklasaláta, csemege szeletelt	159.23	38.09	0.79	0.06	0.00	8.35	8.33	0.12		
		Összesen:	3 325.49	795.57	20.60	31.83	9.30	103.64	33.58	0.76		





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

4/16/2026 csütörtök (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Tésztaleves	636.41	152.25	3.13	6.08	0.71	20.96	0.82	0.22		
		Sült csirkecomb	1 029.42	246.27	25.21	15.53	2.63	1.12	0.00	0.39		
		Párolt rizs	1 356.12	324.43	6.55	4.96	0.59	63.09	0.02	0.20		
		Narancs	103.87	24.85	0.36	0.12	0.00	5.10	0.00	0.00		
		Összesen:	3 125.82	747.80	35.25	26.69	3.93	90.27	0.84	0.81		





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

4/17/2026 péntek (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Fejtett bableves	1 400.27	334.99	14.05	17.39	4.82	30.74	0.49	0.63	 	
		Kukorica darás tészta lekvárra	2 977.94	712.43	8.09	3.24	0.31	160.71	60.63	0.16		
		Összesen:	4 378.21	1 047.42	22.14	20.63	5.13	191.45	61.12	0.79		

.....
 Élelmezési
 osztályvezető

.....
 Vezető
 dietetikus

