



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

### Tételes étlap 2026.04.20. - 2026.04.26.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/20/2026 hétfő	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E Zöldborsófőzelék *mir.* TM,LE	1 242.39	297.22	15.44	8.69	0.90	38.53	0.00	0.53		
		Sertésragu leves LM, Tojásment	1 266.32	302.95	12.92	21.12	5.87	14.79	0.68	0.52		
		Zöldség krokett	993.23	237.61	3.39	15.84	1.69	20.07	1.12	0.41		
		Összesen:	3 501.94	837.78	31.75	45.65	8.46	73.39	1.80	1.46		
4/21/2026 kedd	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E Paradicsom leves	953.12	228.02	3.71	7.19	0.80	36.79	22.99	0.27		
		Húsgombóc	1 078.54	258.02	12.61	14.65	5.19	18.82	0.06	0.49		
		Kelkáposzta főzelék TM, LM	1 131.86	270.78	9.13	10.29	1.18	34.70	0.00	0.37		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 308.93	791.61	25.85	32.53	7.17	97.31	23.05	1.14		








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

4/22/2026 szerda (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Csorbaleves	1 979.12	473.48	23.80	33.74	9.59	17.59	0.15	0.48		
		Tejberizs szórattal	2 151.65	514.75	7.80	3.80	0.79	111.80	34.28	0.09		
		Mandarin	117.59	28.13	0.42	0.18	0.00	5.88	0.00	0.00		
		Összesen:	4 248.36	1 016.36	32.02	37.72	10.38	135.27	34.43	0.57		







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

4/23/2026 csütörtök (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Bácskai rizseshús	2 282.16	545.97	18.57	26.36	7.07	57.93	0.85	0.61	
		Lencseleves	1 059.41	253.45	14.12	6.07	0.70	35.45	2.05	0.40	 
		Vegyes vágott savanyúság	49.90	11.94	0.66	0.12	0.00	2.04	0.00	0.53	
		Összesen:	3 391.47	811.36	33.35	32.55	7.77	95.42	2.90	1.54	





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

4/24/2026 péntek (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Almaleves	690.89	165.28	1.20	0.70	0.03	37.85	24.98	0.05	
		Tejmentes, tonhalas tészta	1 099.47	264.92	15.61	5.26	1.71	37.70	1.31	0.26	 
		Összesen:	1 790.36	430.20	16.81	5.96	1.74	75.55	26.29	0.31	

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

