



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

### Tételes étlap 2026.04.27. - 2026.05.03.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/27/2026 hétfő	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E Vegyes vágott savanyúság	49.90	11.94	0.66	0.12	0.00	2.04	0.00	0.53		
		Burgonyapüré	1 072.37	256.55	6.25	3.00	0.06	50.00	0.00	0.42		
		Sárgaborsó leves	1 223.49	292.70	14.18	7.61	0.91	41.38	0.50	0.51		
		Vagdalt	1 838.05	439.73	11.05	42.32	8.31	3.21	0.02	0.59		
		Összesen:	4 183.81	1 000.92	32.14	53.05	9.28	96.63	0.52	2.05		
4/28/2026 kedd	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E Finomfőzelék	1 125.36	269.22	8.48	10.25	1.14	35.13	5.00	0.00		
		Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
		Sült virsli isk	853.97	204.30	8.75	18.64	5.89	0.14	0.00	0.35		
		Csontleves tésztabetéttel LÉ.	347.47	83.13	3.56	3.22	0.46	10.43	0.56	0.12		
		Összesen:	2 765.57	661.62	22.09	32.21	7.49	69.90	5.56	0.53		





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

4/29/2026 szerda (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Mákos metélt tej-tojás-gluténm	2 896.13	692.85	10.15	20.89	4.02	114.14	35.87	0.11		
		Csirkeragu leves	505.77	121.00	15.08	4.47	0.59	4.77	0.29	0.03		
		Összesen:	3 401.90	813.85	25.23	25.36	4.61	118.91	36.16	0.14		





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

4/30/2026 csütörtök (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Húsgombóc	1 078.54	258.02	12.61	14.65	5.19	18.82	0.06	0.49		
		Paradicsom mártás LÉ.	760.25	181.88	2.59	6.20	0.69	28.69	20.99	0.23		
		Főtt burgonya	783.89	187.53	5.00	0.40	0.05	40.00	0.00	0.12		
		Alma	87.25	20.87	0.24	0.24	0.00	4.20	0.00	0.01		
		Brokkolikrémleves mir. TM.	468.94	112.19	3.99	6.76	0.79	8.72	0.00	0.59		
		Összesen:	3 178.87	760.49	24.43	28.25	6.72	100.43	21.05	1.44		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

