



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

Tételes étlap 2026.09.14. - 2026.09.20.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/14/2026 hétfő	(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	1.41	0.52		
			Csirke ragu	522.13	124.91	19.87	4.53	0.62	1.02	0.00	0.49		
			Tökfőzelék	610.99	146.17	2.49	7.73	0.86	16.33	2.00	0.40		
			Összesen:	2 920.73	698.74	45.12	41.51	11.78	35.07	3.41	1.41		
9/15/2026 kedd	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Zöldbableves	561.35	134.29	3.07	7.10	0.81	14.38	2.05	0.50		
			Bolognai spagetti	2 520.49	602.99	27.78	14.37	3.52	88.80	15.24	0.52		
			Alma	87.25	20.87	0.24	0.24	0.00	4.20	0.00	0.01		
			Összesen:	3 169.09	758.15	31.09	21.71	4.33	107.38	17.29	1.03		





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

9/16/2026 szerda (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Barackkal sült pulyka LÉ,TM	1 803.56	431.47	26.25	21.06	4.87	33.61	25.46	0.40		
		Párolt rizs	1 356.12	324.43	6.55	4.96	0.59	63.09	0.02	0.20		
		Körte	132.91	31.80	0.24	0.18	0.00	7.20	0.00	0.00		
		Póréhagyma leves	465.10	111.27	1.26	5.92	0.67	13.05	0.41	0.10		
		Összesen:	3 757.69	898.97	34.30	32.12	6.13	116.95	25.89	0.70		





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

9/17/2026 csütörtök (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Sertésragu leves LM, Tojásment	1 266.32	302.95	12.92	21.12	5.87	14.79	0.68	0.52		
		Serpenyős burg.kolbásszal	2 443.96	584.68	18.16	31.42	9.24	55.29	0.27	0.59		
		Kovászos uborka	28.60	6.84	0.58	0.06	0.02	0.99	0.99	0.53		
		Összesen:	3 738.88	894.47	31.66	52.60	15.13	71.07	1.94	1.64		





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

9/18/2026 péntek (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Vegyes gyümölcsleves	717.74	171.71	1.32	0.43	0.03	39.74	24.98	0.05		
		Tonhalas-zöldséges rizottó	2 921.58	698.94	37.69	12.40	1.33	108.30	7.88	0.39		
		Összesen:	3 639.32	870.65	39.01	12.83	1.36	148.04	32.86	0.44		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

