



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

Tételes étlap 2026.09.21. - 2026.09.27.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/21/2026 hétfő	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Tárkonyos csirkeragu leves	1 231.01	294.50	23.40	6.76	1.26	24.61	0.10	0.64		
			Kukorica darás tészta lekvárra	2 568.45	614.46	7.99	3.24	0.31	136.46	36.38	0.16		
			Összesen:	3 799.46	908.96	31.39	10.00	1.57	161.07	36.48	0.80		
9/22/2026 kedd	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Bácskai rizseshús	2 282.16	545.97	18.57	26.36	7.07	57.93	0.85	0.61		
			Káposzta saláta	95.38	22.82	1.10	0.17	0.02	4.04	0.00	0.10		
			Tésztaleves	636.41	152.25	3.13	6.08	0.71	20.96	0.82	0.22		
			Összesen:	3 013.95	721.04	22.80	32.61	7.80	82.93	1.67	0.93		





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

9/23/2026 szerda (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Sertéspörkölt	934.07	223.46	9.24	19.50	5.12	2.48	0.41	0.31		
		Zöldségleves	505.95	121.04	1.91	5.16	0.59	16.38	0.67	0.60		
		Kelkáposzta főzelék TM, LM	1 131.86	270.78	9.13	10.29	1.18	34.70	0.00	0.37		
		Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
		Összesen:	3 010.65	720.25	21.58	35.05	6.89	77.76	1.08	1.34		





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

9/24/2026 csütörtök (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		
		Corn flake-s bundában sült csi	2 255.10	539.50	21.42	37.74	5.59	27.72	0.00	0.29		
		Burgonyapüré	1 072.37	256.55	6.25	3.00	0.06	50.00	0.00	0.42		
		Almaleves	690.89	165.28	1.20	0.70	0.03	37.85	24.98	0.05		
		Összesen:	4 105.61	982.20	29.11	41.68	5.68	119.77	24.98	0.77		





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

9/25/2026 péntek (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Zeller krémleves	467.44	111.83	1.76	7.03	0.84	10.17	0.87	0.50	 	
		Káposztás kocka tojás-gluténm.	2 112.97	505.50	7.22	12.62	1.39	88.53	5.00	0.50		
		Összesen:	2 580.41	617.33	8.98	19.65	2.23	98.70	5.87	1.00		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

