



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

Tételes étlap 2024.11.04. - 2024.11.10.												
Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 11. 04. hétfő (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Frankfurti leves	485,56	116,16	5,22	7,77	1,85	6,17	0,00	2,31		
		Sonkás tészta ovi	1 940,58	464,25	20,20	19,19	5,19	52,45	0,04	2,25		
		Összesen:	2 426,14	580,41	25,42	26,96	7,04	58,62	0,04	4,56		
2024. 11. 05. kedd (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Meggyleves *mirelit* TM	733,51	175,48	1,75	0,53	0,01	39,66	24,98	0,50		
		Brassói aprópecsenye (friss)ovi	2 310,16	552,67	15,95	34,82	9,09	42,43	0,00	1,46		
		Sült burgonya	938,76	224,58	3,75	9,58	1,09	30,00	0,00	1,98		
		Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04		
		Összesen:	4 333,45	1 036,71	22,49	45,01	10,19	131,45	24,98	3,98		





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

2024. 11. 06. szerda (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Zöldségkrémleves	515,50	123,33	1,84	7,20	0,82	12,70	0,05	3,10		
		Kukoricás rizs	1 868,17	446,93	9,08	10,19	1,20	79,19	0,00	0,12		
		Káposzta saláta	95,38	22,82	1,10	0,17	0,02	4,04	0,00	0,12		
		Grillezett csirkemell	563,20	134,74	14,89	8,06	1,00	0,50	0,00	0,11		
		Összesen:	3 042,25	727,82	26,91	25,62	3,04	96,43	0,05	3,45		





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

2024. 11. 07. csütörtök (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Lecsós virsli /konz/ ovi	1 589,59	380,29	14,77	31,95	10,35	7,94	1,50	4,80		
		Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
		Burgonyaleves	913,00	218,42	4,41	7,19	0,84	33,41	0,05	0,20		
		Vegyes köret ovi	1 262,78	302,10	6,22	5,94	0,69	55,13	0,00	0,22		
		Összesen:	3 938,48	942,22	26,00	45,28	11,88	104,98	1,55	5,23		





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

2024. 11. 08. péntek (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Karalábéleves	751,32	179,74	2,77	9,67	3,31	19,81	1,00	0,19	
		Diós tészta	2 127,13	508,88	6,90	19,10	3,73	75,95	21,58	0,32	
		Összesen:	2 878,45	688,62	9,67	28,77	7,04	95,76	22,58	0,51	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

