



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

Tételes étlap 2024.11.11. - 2024.11.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 11. 11. hétfő (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E Rizi-bizi	1 200,54	287,21	7,21	5,09	0,60	52,87	0,05	0,12		
	Narancs	103,87	24,85	0,36	0,12	0,00	5,10	0,00	0,00		
	Sütőtök krémleves tejfeh.m.ovi	441,46	105,61	1,53	5,57	1,69	12,03	0,72	0,21		
	Grillezett pulykamell	679,08	162,46	13,12	12,02	2,68	0,26	0,00	0,42		
	Összesen:	2 424,95	580,13	22,22	22,80	4,97	70,26	0,77	0,75		
2024. 11. 12. kedd (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E Csirkeragu leves	505,77	121,00	15,08	4,47	0,59	4,77	0,00	0,19		
	Sertés pörkölt LM	1 852,45	443,17	21,98	36,86	13,18	5,31	0,00	3,18		
	Zöldbabfőzelék	1 164,40	278,57	7,93	13,26	3,64	30,88	0,47	0,03		
	Összesen:	3 522,62	842,74	44,99	54,59	17,41	40,96	0,47	3,40		





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

2024. 11. 13. szerda (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Kertészleves mir. ovi	530,55	126,92	4,18	7,11	0,68	11,60	0,04	2,05	 	
		Sólet füstölt hússal	2 116,53	506,35	33,19	15,11	1,92	57,74	0,00	7,78		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	2 792,49	668,06	37,77	22,62	2,60	76,34	0,04	9,84		





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

2024. 11. 14. csütörtök (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74		
		Serpenyős burg.kolbásszal	1 564,42	374,26	12,35	20,88	6,30	33,20	0,00	1,63		
		Hagymaleves	236,62	56,61	1,64	0,33	0,03	11,62	0,00	1,01		
		Összesen:	1 960,27	468,96	14,78	21,27	6,33	53,17	4,80	3,38		





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

2024. 11. 15. péntek (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Vegyes gyüm.lev. tejf.m. ovi	377,99	90,43	1,24	1,51	1,25	17,17	7,22	0,10		
		Zöldésges rizottó	956,77	228,89	6,55	2,63	0,28	44,40	0,00	0,01		
		Összesen:	1 334,76	319,32	7,79	4,14	1,53	61,57	7,22	0,11		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

