



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

Tételes étlap 2024.12.02. - 2024.12.08.												
Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 12. 02. hétfő (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E Vegyes gyüm.lev. tejf.m. ovi	377,99	90,43	1,24	1,51	1,27	17,17	7,22	0,10			
	Grillezett csirkemell	563,20	134,74	14,89	8,06	1,00	0,50	0,00	0,11			
	Petrezselymes rizs	869,93	208,12	3,89	4,60	0,53	37,53	0,00	0,79			
	Vegyes vágott savanyúság	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53			
	Összesen:	1 861,02	445,23	20,68	14,29	2,80	57,24	7,22	1,53			
2024. 12. 03. kedd (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E Erőleves	124,70	29,83	1,66	1,01	0,14	3,60	0,00	0,15			
	Pulykasült ovi	710,65	170,01	14,38	12,23	2,83	0,40	0,00	1,59			
	Tökfőzelék TM	798,93	191,13	4,32	7,82	0,93	25,49	2,00	0,16			
	Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04			
	Összesen:	1 985,30	474,95	21,40	21,14	3,90	48,85	2,00	1,94			





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

2024. 12. 04. szerda (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Burgonyaleves	913,00	218,42	4,41	7,19	0,85	33,41	0,05	0,19		
		Sertéspörkölt	934,07	223,46	9,24	19,50	5,12	2,48	0,00	0,50		
		Narancs	103,87	24,85	0,36	0,12	0,00	5,10	0,00	0,00		
		Tészta köret gluténmentes	1 420,07	339,73	1,60	4,41	0,42	73,00	0,00	0,10		
		Összesen:	3 371,01	806,46	15,61	31,22	6,39	113,99	0,05	0,79		






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

2024. 12. 05. csütörtök (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Tésztaleves	408,89	97,82	2,51	2,99	0,39	14,97	0,00	0,33		
		Húsgombóc	1 078,54	258,02	12,61	14,65	5,19	18,82	0,06	0,00		
		Karfiolfőz. tejfeh.m. mir. ovi	690,12	165,10	5,92	5,75	1,79	21,86	0,23	0,21		
		Összesen:	2 177,55	520,94	21,04	23,39	7,37	55,65	0,29	0,54		





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

2024. 12. 06. péntek (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Fejtett bableves	1 400,27	334,99	14,05	17,39	4,82	30,74	0,07	1,95	 	
		Tejberizs szórattal ovi	1 690,93	404,53	5,96	3,15	0,35	87,67	17,98	0,25		
		Összesen:	3 091,20	739,52	20,01	20,54	5,17	118,41	18,05	2,20		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

