



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

Tételes étlap 2025.01.06. - 2025.01.12.												
Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2025.01.06. hétfő (00612) Gyermek (7-10, 11-14év) Tej mentes	E Csontleves tésztabetéttel ovi	326,68	78,15	3,64	2,12	0,33	11,34	0,05	0,24			
	Sült virsli ovi	721,95	172,72	7,50	15,71	5,02	0,12	0,00	0,30			
	Lencsefőzelék	2 957,52	707,54	40,02	15,40	1,69	101,39	3,00	1,02			
	Összesen:	4 006,15	958,41	51,16	33,23	7,04	112,85	3,05	1,56			
2025.01.07. kedd (00612) Gyermek (7-10, 11-14év) Tej mentes	E Narancs	155,80	37,27	0,54	0,18	0,00	7,65	0,00	0,01			
	Marhapörkölt	1 065,93	255,01	16,27	14,50	1,50	5,85	0,00	0,22			
	Zeller krémleves	467,44	111,83	1,76	7,03	0,82	10,17	0,05	1,00			
	Tészta köret gluténmentes	1 420,07	339,73	1,60	4,41	0,42	73,00	0,00	0,10			
Összesen:	3 109,24	743,84	20,17	26,12	2,74	96,67	0,05	1,33				





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

2025. 01. 08. szerda (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Egresleves	664,05	158,86	1,50	0,32	0,05	36,58	24,98	0,51		
		Rizi-bizi	1 200,54	287,21	7,21	5,09	0,60	52,87	0,05	0,11		
		Reszelt csirkemáj LÉ, TM	836,68	200,16	16,60	12,38	2,23	5,34	0,00	0,35		
		Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	0,90		
		Összesen:	2 735,79	654,49	25,67	17,85	2,88	96,35	25,03	1,87		





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

2025. 01. 09. csütörtök (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Svéd húsgombóc +áfonyalekvár	3 884,03	929,20	26,25	63,52	10,70	54,74	24,92	0,56		
		Banán	394,89	94,47	1,17	0,09	0,00	21,78	0,00	0,05		
		Brokkoli krémleves	466,65	111,64	3,38	7,07	0,77	8,49	0,00	1,00		
		Tört burgonya	833,50	199,40	3,75	6,80	0,78	30,00	0,00	0,80		
		Összesen:	5 579,07	1 334,71	34,55	77,48	12,25	115,01	24,92	2,41		





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

2025. 01. 10. péntek (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Karfiolleves tejfeh.mentes ovi	415,29	99,35	3,48	4,75	1,67	10,37	0,23	0,23		
		Tonhalas-zöldséges rizottó	2 921,58	698,94	37,69	12,40	1,33	108,30	0,00	0,45		
		Összesen:	3 336,87	798,29	41,17	17,15	3,00	118,67	0,23	0,68		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

