



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

Tételes étlap 2025.01.13. - 2025.01.19.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025.01.13. hétfő	(00612) Gyermek (7-10, 11-14év) Tej mentes	E Zöldborsóleves	801,33	191,71	6,68	9,94	1,12	18,56	0,05	0,12		
		Csirkepörkölt LÉ, TM	1 882,88	450,45	51,24	23,89	4,46	7,13	0,02	0,01		
		Tészta köret gluténmentes	1 420,07	339,73	1,60	4,41	0,42	73,00	0,00	0,10		
		Összesen:	4 104,28	981,89	59,52	38,24	6,00	98,69	0,07	0,23		
2025.01.14. kedd	(00612) Gyermek (7-10, 11-14év) Tej mentes	E Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01		
		Gulyásleves	2 068,99	494,97	23,97	23,50	4,44	35,06	0,55	0,56		
		Zöldbabfőzelék	1 150,16	275,16	7,84	13,19	3,63	30,21	0,45	0,69		
		Vagdalt	1 838,05	439,73	11,05	42,32	8,31	3,21	0,02	0,59		
		Összesen:	5 144,45	1 230,73	43,10	79,25	16,38	72,68	1,02	1,85		





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

2025. 01. 15. szerda (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Sült csirkecomb	704,91	168,64	20,99	8,92	1,74	0,89	0,00	0,98		
		Almaleves mir. TM.	739,83	176,99	1,51	0,13	0,05	41,50	24,98	0,49		
		Burgonyapüré	1 072,37	256,55	6,25	3,00	0,06	50,00	0,00	1,01		
		Mandarin	117,59	28,13	0,42	0,18	0,00	5,88	0,00	0,00		
		Összesen:	2 634,70	630,31	29,17	12,23	1,85	98,27	24,98	2,48		





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

2025. 01. 16. csütörtök (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		
		Paprikásburg virslivel ovi	2 205,82	527,71	16,32	31,69	9,47	42,90	0,00	0,83		
		Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	0,90		
		Összesen:	2 618,33	626,40	17,92	33,26	10,74	61,63	7,22	1,83		





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

2025. 01. 17. 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	1,60	 	
		Kukorica darás tészta lekvárra	2 977,94	712,43	8,09	3,24	0,31	160,71	56,13	0,16		
		Összesen:	4 378,21	1 047,42	22,14	20,63	5,13	191,45	56,20	1,76		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

