



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

### Tételes étlap 2025.02.03. - 2025.02.09.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/3/2025 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	0.67		
		Sonkás tészta	2 505.43	602.92	25.82	25.41	6.46	66.48	0.05	1.28		
		Összesen:	2 990.99	719.08	31.04	33.18	8.31	72.65	0.05	1.95		
2/4/2025 kedd	(00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E Meggyleves *mirelit* TM	733.51	175.48	1.75	0.53	0.05	39.66	24.98	0.05		
		Brassói aprópecsenye	3 062.84	732.74	23.70	42.19	11.67	62.52	0.00	1.08		
		Sült burgonya	938.76	224.58	3.75	9.58	1.09	30.00	0.00	0.21		
		Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		
		Összesen:	5 086.13	1 216.78	30.24	52.38	12.81	151.54	24.98	1.38		





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

2/5/2025 szerda (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Zöldségkrémleves	515.50	123.33	1.84	7.20	0.83	12.70	0.05	0.91		
		Kukoricás rizs	1 868.17	446.93	9.08	10.19	1.20	79.19	0.00	0.10		
		Káposzta saláta	95.38	22.82	1.10	0.17	0.02	4.04	0.00	0.10		
		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	3.05	96.43	0.05	1.22		





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

2/6/2025 csütörtök (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Lecsós virsli /konz/ isk	1 938.85	463.84	18.13	37.78	12.28	12.24	3.00	1.57		
		Narancs	173.11	41.41	0.60	0.20	0.00	8.50	0.00	0.01		
		Hamis gulyásleves	963.51	230.51	4.89	7.02	0.80	35.97	0.00	1.09		
		Párolt rizs	1 097.22	262.49	4.15	9.51	1.10	39.84	0.02	0.49		
		Összesen:	4 172.69	998.25	27.77	54.51	14.18	96.55	3.02	3.16		





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

2/7/2025 péntek (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Karalábéleves	751.32	179.74	2.77	9.67	3.32	19.81	1.00	0.59		
		Tejberizs szórattal	2 151.65	514.75	7.80	3.80	0.43	111.80	21.98	0.30		
		Összesen:	2 902.97	694.49	10.57	13.47	3.75	131.61	22.98	0.89		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

