



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

Tételes étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/17/2025 hétfő (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E Sóska leves	833.08	199.30	3.49	9.45	2.50	24.39	12.31	0.19		
	Rozsdás marha LÉ, TM	1 015.15	242.86	25.49	14.44	3.71	2.46	0.60	0.37		
	Vegyes köret isk	1 838.04	439.72	7.75	14.37	1.65	68.75	0.00	0.41		
	Összesen:	3 686.27	881.88	36.73	38.26	7.86	95.60	12.91	0.97		
2/18/2025 kedd (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E Paradicsom leves	953.12	228.02	3.71	7.19	0.78	36.79	14.99	0.70		
	Savanyú káposzta	49.90	11.94	0.66	0.12	0.00	2.04	0.00	0.53		
	Burgonyapüré	1 072.37	256.55	6.25	3.00	0.06	50.00	0.00	1.01		
	Sonkával sült csirkem	623.69	149.21	19.87	7.51	2.36	0.37	0.00	0.66		
Összesen:	2 699.08	645.72	30.49	17.82	3.20	89.20	14.99	2.90			





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

2/19/2025 szerda (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Sárgaborsó főzelék TM,LÉ	1 809.61	432.92	23.25	9.35	1.20	63.43	0.00	1.01		
		Mandarin	117.59	28.13	0.42	0.18	0.00	5.88	0.00	0.00		
		Húsleves főtt hússal LÉ.	1 787.61	427.66	22.76	29.25	10.30	17.72	0.80	0.21		
		Corn flake-s bund. sült párizs	2 043.68	488.92	8.46	40.47	8.44	21.98	0.00	1.01		
		Összesen:	5 758.49	1 377.63	54.89	79.25	19.94	109.01	0.80	2.23		





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

2/20/2025 csütörtök (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Brokkolifőzlek mir. isk	1 341.27	320.88	10.44	10.76	1.18	44.83	0.00	1.07		
		Almaleves mir. TM.	739.83	176.99	1.51	0.13	0.05	41.50	24.98	0.05		
		Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		
		Húsgombóc	1 078.54	258.02	12.61	14.65	5.19	18.82	0.06	0.59		
		Összesen:	3 510.66	839.87	25.60	25.62	6.42	124.51	25.04	1.75		





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

2/21/2025 péntek (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Zöldségleves LÉ, TM	477.38	114.21	1.70	5.13	0.60	15.23	0.05	3.05		
		Kukorica darás tészta lekvárra	2 977.94	712.43	8.09	3.24	0.31	160.71	56.13	0.16		
		Összesen:	3 455.32	826.64	9.79	8.37	0.91	175.94	56.18	3.21		

.....
 Élelmezési
 osztályvezető

.....
 Vezető
 dietetikus

