



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

Tételes étlap 2025.03.24. - 2025.03.30.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/24/2025 hétfő (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E Barackleves	714.89	171.03	1.34	0.11	0.04	40.67	28.99	0.49		
	Rizses csirke	2 184.51	522.61	32.27	17.68	2.90	57.91	0.00	1.24		
	Vegyes vágott savanyúság	49.90	11.94	0.66	0.12	0.00	2.04	0.00	0.53		
	Összesen:	2 949.30	705.58	34.27	17.91	2.94	100.62	28.99	2.26		
3/25/2025 kedd (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E Brokkoli krémleves	466.65	111.64	3.38	7.07	0.77	8.49	0.00	1.00		
	Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
	Corn flake-s bundában sült csi	1 804.08	431.60	17.13	30.19	4.47	22.18	0.00	0.59		
	Burgonyapüré	1 072.37	256.55	6.25	3.00	0.06	50.00	0.00	1.01		
Összesen:	3 488.51	834.58	27.16	40.66	5.30	87.67	0.00	2.61			





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

3/26/2025 szerda (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Fejtett babfőzelék mir.	2 012.99	481.58	23.10	10.24	3.39	73.34	2.45	0.71		
		Vagdalt	1 838.05	439.73	11.05	42.32	8.31	3.21	0.02	0.59		
		Zöldségleves	505.95	121.04	1.91	5.16	0.59	16.38	0.50	0.60		
		Mandarin	117.59	28.13	0.42	0.18	0.00	5.88	0.00	0.00		
		Összesen:	4 474.58	1 070.48	36.48	57.90	12.29	98.81	2.97	1.90		





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

3/27/2025 csütörtök (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Csorbaleves	1 979.12	473.48	23.80	33.74	9.59	17.59	0.00	1.17		
		Kukorica darás tészta lekvárra	2 977.94	712.43	8.09	3.24	0.31	160.71	56.13	0.16		
		Összesen:	4 957.06	1 185.91	31.89	36.98	9.90	178.30	56.13	1.33		





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

3/28/2025 péntek (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E	Gránátos kocka	2 719.32	650.55	7.74	20.95	2.34	105.39	5.00	0.12	
		Zöldborsóleves	761.08	182.08	5.74	5.28	0.60	27.67	0.55	0.74	
		Összesen:	3 480.40	832.63	13.48	26.23	2.94	133.06	5.55	0.86	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

