



"C" menü - gluténmentes összetételi lista

Tételes étlap 2024.11.11. - 2024.11.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 11. 11. hétfő (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E Sütőtök krémleves gluténm. ovi	558,54	133,62	2,46	8,45	2,67	11,77	0,49	0,21		
	Rizi-bizi	1 200,54	287,21	7,21	5,09	0,60	52,87	0,05	0,12		
	Narancs	103,87	24,85	0,36	0,12	0,00	5,10	0,00	0,00		
	Grillezett pulykamell	679,08	162,46	13,12	12,02	2,68	0,26	0,00	0,42		
	Összesen:	2 542,03	608,14	23,15	25,68	5,95	70,00	0,54	0,75		
2024. 11. 12. kedd (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E Csirkeragu leves	505,77	121,00	15,08	4,47	0,59	4,77	0,00	0,19		
	Sertés pörkölt LM	1 852,45	443,17	21,98	36,86	13,18	5,31	0,00	3,18		
	Zöldbabfőzelék	1 164,40	278,57	7,93	13,26	3,64	30,88	0,47	0,03		
	Összesen:	3 522,62	842,74	44,99	54,59	17,41	40,96	0,47	3,40		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

2024. 11. 13. szerda (00613) Gyermekek (7-10, 11-14év) Glutén me	E	Kertészleves	789,69	188,92	5,44	8,67	0,82	22,30	0,05	3,06		
		Sólet füstölt hússal	2 116,53	506,35	33,19	15,11	1,92	57,74	0,00	7,78		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	3 051,63	730,06	39,03	24,18	2,74	87,04	0,05	10,85		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

2024. 11. 14. csütörtök (00613) Gyermekek (7-10, 11-14év) Glutén me	E	Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74		
		Serpenyős burg.kolbásszal	1 564,42	374,26	12,35	20,88	6,30	33,20	0,00	1,63		
		Hagymaleves	236,62	56,61	1,64	0,33	0,03	11,62	0,00	1,01		
		Összesen:	1 960,27	468,96	14,78	21,27	6,33	53,17	4,80	3,38		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

2024. 11. 15. péntek (00613) Gyermekek (7-10, 11-14 év) Glutén me	E	Vegyes gyüm.lev. gluténm. ovi	535,67	128,15	1,19	2,66	1,23	24,30	14,99	0,21	
		Zöldésges rizottó	956,77	228,89	6,55	2,63	0,28	44,40	0,00	0,01	
		Összesen:	1 492,44	357,04	7,74	5,29	1,51	68,70	14,99	0,22	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

