




"C" menü - gluténmentes összetételi lista

Tételes étlap 2024.11.18. - 2024.11.24.

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. 18. hétfő (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E Sóska leves mir. LÉ.	938,22	224,46	3,16	13,02	3,80	22,83	14,99	0,15		
	Rozsdás marha LÉ, TM	1 015,15	242,86	25,49	14,44	3,71	2,46	0,60	0,37		
	Vegyes köret ovi	1 262,78	302,10	6,22	5,94	0,69	55,13	0,00	0,22		
	Összesen:	3 216,15	769,42	34,87	33,40	8,20	80,42	15,59	0,74		
2024. 11. 19. kedd (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E Paradicsomleves	571,87	136,81	2,22	4,32	0,46	22,08	8,99	0,47		
	Savanyú káposzta	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53		
	Burgonyapüré	1 245,47	297,96	6,27	7,50	1,96	50,04	0,00	3,08		
	Sonkával sült csirkem	623,69	149,21	19,87	7,51	2,36	0,37	0,00	1,09		
Összesen:	2 490,93	595,92	29,02	19,45	4,78	74,53	8,99	5,17			



"C" menü - gluténmentes összetételi lista

2024. 11. 20. szerda (00613) Gyermekek (7-10, 11-14év) Glutén me	E	Sárgaborsó főzelék TM,LÉ	1 809,61	432,92	23,25	9,35	1,19	63,43	0,00	2,99		
		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	0,44		
		Corn flake-s bund. sült párizs	2 043,68	488,92	8,46	40,47	8,44	21,98	0,00	1,84		
		Összesen:	5 758,49	1 377,63	54,89	79,25	19,93	109,01	0,80	5,27		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

2024. 11. 21. csütörtök (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Brokkolifőzlek mir. isk	1 025,27	245,28	9,83	12,44	2,36	23,25	0,04	0,26		
		Almaleves mir. LÉ.	886,57	212,10	1,67	4,24	2,05	40,84	24,98	0,50		
		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	5,17	18,82	0,06	0,11		
		Összesen:	3 341,40	799,38	25,15	31,41	9,58	102,27	25,08	0,91		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

2024. 11. 22. péntek (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Kukorica darás tészta lekvárra	2 215,58	530,04	6,23	2,53	0,24	119,04	37,68	0,23		
		Zöldségleves LÉ, TM	477,38	114,21	1,70	5,13	0,60	15,23	0,05	3,07		
		Összesen:	2 692,96	644,25	7,93	7,66	0,84	134,27	37,73	3,30		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

