



"C" menü - gluténmentes összetételi lista

Tételes étlap 2025.01.06. - 2025.01.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 01. 06. hétfő (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E Csontleves tésztabetéttel LÉ.	347,47	83,13	3,56	3,22	0,46	10,43	0,05	0,20		
	Sült virsli ovi	721,95	172,72	7,50	15,71	5,02	0,12	0,00	0,30		
	Lencsefőzelék	2 957,52	707,54	40,02	15,40	1,69	101,39	3,00	1,02	 	
	Összesen:	4 026,94	963,39	51,08	34,33	7,17	111,94	3,05	1,52		
2025. 01. 07. kedd (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E Marhapörkölt	1 065,93	255,01	16,27	14,50	1,50	5,85	0,00	0,22		
	Narancs	155,80	37,27	0,54	0,18	0,00	7,65	0,00	0,01		
	Zellerleves	429,17	102,67	1,43	6,98	0,81	8,32	0,05	0,98		
	Tészta köret gluténmentes	1 420,07	339,73	1,60	4,41	0,42	73,00	0,00	0,10		
	Összesen:	3 070,97	734,68	19,84	26,07	2,73	94,82	0,05	1,31		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

2025. 01. 08. szerda (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Egresleves	820,44	196,28	1,82	4,39	2,06	36,41	24,98	0,50		
		Rizi-bizi	1 200,54	287,21	7,21	5,09	0,60	52,87	0,05	0,11		
		Reszelt csirkemáj LÉ, TM	836,68	200,16	16,60	12,38	2,23	5,34	0,00	0,35		
		Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	0,90		
		Összesen:	2 892,18	691,91	25,99	21,92	4,89	96,18	25,03	1,86		






"C" menü - gluténmentes összetételi lista

2025. 01. 09. csütörtök (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Svéd húsgombóc +áfonyalekvár	4 579,43	1 095,56	28,12	86,41	23,59	42,76	24,92	0,48	   	
		Banán	394,89	94,47	1,17	0,09	0,00	21,78	0,00	0,05		
		Brokkoli krémleves	466,65	111,64	3,38	7,07	0,77	8,49	0,00	1,00		
		Tört burgonya	833,50	199,40	3,75	6,80	0,78	30,00	0,00	0,80		
		Összesen:	6 274,47	1 501,07	36,42	100,37	25,14	103,03	24,92	2,33		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

2025. 01. 10. péntek (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Karfiolleves	330,80	79,14	2,21	3,25	0,36	10,17	0,00	0,20	
		Tonhalas-zöldséges rizottó óvi	1 751,24	418,96	22,60	7,43	0,80	64,90	0,00	0,35	
		Összesen:	2 082,04	498,10	24,81	10,68	1,16	75,07	0,00	0,55	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

