



## "C" menü - gluténmentes összetételi lista

### Tételes étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

| Diéta   | Étlap tétel            | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsírsvav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|---|------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|----------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
| 2/17/2025<br>hétfő<br>(00613)<br>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     | 0.14   |            |          |
|   | 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:              | 3 791.41     | 907.04         | 36.40       | 41.83    | 9.16           | 94.04          | 15.59     | 0.92   |            |          |





## "C" menü - gluténmentes összetételi lista

|  |   |                       |          |        |       |       |      |       |      |      |  |  |
|--|---|-----------------------|----------|--------|-------|-------|------|-------|------|------|--|--|
| 2/18/2025<br>kedd<br>(00613)<br>Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me | E | Paradicsomleves       | 571.87   | 136.81 | 2.22  | 4.32  | 0.47 | 22.08 | 8.99 | 0.46 |  |  |
|  |   | 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:             | 2 317.83 | 554.51 | 29.00 | 14.95 | 2.89 | 74.49 | 8.99 | 2.66 |  |  |





## "C" menü - gluténmentes összetételi lista

|  |   |                                   |          |          |       |       |       |        |      |      |   |  |
|--|---|-----------------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|------|------|---|--|
| 2/19/2025<br>szerda<br>(00613)<br>Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me | E | Sárgaborsó főzelék<br>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<br>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 - gluténmentes összetételi lista

|   |   |                         |          |        |       |       |      |        |       |      |  |  |
|---|---|-------------------------|----------|--------|-------|-------|------|--------|-------|------|--|--|
| 2/20/2025<br>csütörtök<br>(00613)<br>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  | 0.10 |  |  |
|   |   | Almaleves mir. LÉ.      | 886.57   | 212.10 | 1.67  | 4.24  | 2.05 | 40.84  | 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:               | 3 341.40 | 799.38 | 25.15 | 31.41 | 9.60 | 102.27 | 25.08 | 0.78 |  |  |





## "C" menü - gluténmentes összetételi lista

|  |          |                                |          |        |      |      |      |        |       |      |  |  |
|--|----------|--------------------------------|----------|--------|------|------|------|--------|-------|------|--|--|
| <b>2/21/2025</b><br><b>péntek</b><br>(00613)<br>Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me | <b>E</b> | Kukorica darás tészta lekvárra | 2 215.58 | 530.04 | 6.23 | 2.53 | 0.24 | 119.04 | 37.68 | 0.14 |  |  |
|  |          | Zöldségleves LÉ, TM            | 477.38   | 114.21 | 1.70 | 5.13 | 0.60 | 15.23  | 0.05  | 3.05 |  |  |
|  |          | Összesen:                      | 2 692.96 | 644.25 | 7.93 | 7.66 | 0.84 | 134.27 | 37.73 | 3.19 |  |  |

.....  
 Élelmezési  
 osztályvezető

.....  
 Vezető  
 dietetikus

