



"C" menü - gluténmentes összetételi lista

Tételes étlap 2025.03.03. - 2025.03.09.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/3/2025 hétfő (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Vegyes gyümölcsleves	892.79	213.59	1.98	4.43	2.06	40.50	24.98	0.05		
		Grillezett csirkemell	666.22	159.38	22.53	6.92	0.92	1.57	0.00	0.57		
		Petrezselymes rizs	869.93	208.12	3.89	4.60	0.53	37.53	0.00	0.79		
		Vegyes vágott savanyúság	49.90	11.94	0.66	0.12	0.00	2.04	0.00	0.53		
		Összesen:	2 478.84	593.03	29.06	16.07	3.51	81.64	24.98	1.94		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

3/4/2025 kedd (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Burgonyaleves magyaros LÉ.	913.00	218.42	4.41	7.19	0.85	33.41	0.05	0.18		
		Sertés pörkölt LM	1 852.45	443.17	21.98	36.86	13.20	5.31	0.00	1.00		
		Tészta köret gluténmentes	1 420.07	339.73	1.60	4.41	0.42	73.00	0.00	0.10		
		Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00		
		Összesen:	4 381.50	1 048.21	28.69	48.76	14.47	121.52	0.05	1.28		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

3/5/2025 szerda (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Zöldség krokett	993.23	237.61	3.39	15.84	1.67	20.07	0.00	0.86		
		Erőleves	122.99	29.42	1.65	1.00	0.13	3.52	0.00	0.58		
		Tökfőzelék	975.57	233.39	4.40	12.14	2.93	26.22	2.00	0.16		
		Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		
		Összesen:	2 442.81	584.40	10.48	29.06	4.73	69.17	2.00	1.64		






"C" menü - gluténmentes összetételi lista

3/6/2025 csütörtök (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Tésztaleves	636.41	152.25	3.13	6.08	0.71	20.96	0.82	0.22		
		Karfiolfőzelék *mir.* LÉ.	823.13	196.92	6.67	10.34	1.91	19.04	0.00	0.61		
		Húsgombóc	1 078.54	258.02	12.61	14.65	5.19	18.82	0.06	0.59		
		Összesen:	2 538.08	607.19	22.41	31.07	7.81	58.82	0.88	1.42		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

3/7/2025 péntek (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Tejberizs szórattal	2 151.65	514.75	7.80	3.80	0.43	111.80	21.98	0.30	
		Hamis gulyásleves	963.51	230.51	4.89	7.02	0.80	35.97	0.00	1.09	
		Összesen:	3 115.16	745.26	12.69	10.82	1.23	147.77	21.98	1.39	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

