



"C" menü - gluténmentes összetételi lista

Tételes étlap 2025.03.17. - 2025.03.23.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/17/2025 hétfő (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Bolognai spagetti	2 520.49	602.99	27.78	14.37	3.49	88.80	5.00	1.06		
		Zöldbableves	561.35	134.29	3.07	7.10	0.81	14.38	2.05	0.69		
		Összesen:	3 081.84	737.28	30.85	21.47	4.30	103.18	7.05	1.75		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

3/18/2025 kedd (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Sóskamártás *mir.* LÉ.	1 054.14	252.19	5.03	14.80	4.22	23.51	11.99	0.16		
		Húsleves főtt hússal LÉ.	1 787.61	427.66	22.76	29.25	10.30	17.72	0.80	0.60		
		Főtt burgonya	783.89	187.53	5.00	0.40	0.05	40.00	0.00	0.12		
		Corn flake-s bund. sült párizs	2 043.68	488.92	8.46	40.47	8.44	21.98	0.00	1.01		
		Narancs	103.87	24.85	0.36	0.12	0.00	5.10	0.00	0.00		
		Összesen:	5 773.19	1 381.15	41.61	85.04	23.01	108.31	12.79	1.89		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

3/19/2025 szerda (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Őszibarackkal sült csirke mell	1 366.16	326.83	21.34	17.43	5.83	20.67	10.08	0.46		
		Vegyes köret isk	1 838.04	439.72	7.75	14.37	1.65	68.75	0.00	0.41		
		Alma	87.25	20.87	0.24	0.24	0.00	4.20	0.00	0.01		
		Gombaleves	662.36	158.46	4.64	7.13	0.84	18.81	0.05	0.19		
		Összesen:	3 953.81	945.88	33.97	39.17	8.32	112.43	10.13	1.07		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

3/20/2025 csütörtök (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Sertésragu leves LM, Tojásment	1 266.32	302.95	12.92	21.12	5.87	14.79	0.00	0.60		
		Serpenyős burg.kolbásszal	1 564.42	374.26	12.35	20.88	6.31	33.20	0.00	1.54		
		Csemege uborka	34.52	8.26	0.36	0.06	0.00	1.56	0.00	0.90		
		Összesen:	2 865.26	685.47	25.63	42.06	12.18	49.55	0.00	3.04		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

3/21/2025 péntek (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		
		Tonhalas-zöldséges rizottó	2 921.58	698.94	37.69	12.40	1.33	108.30	0.00	0.45		
		Összesen:	3 814.37	912.53	39.67	16.83	3.39	148.80	24.98	0.50		

.....
 Élelmezési
 osztályvezető

.....
 Vezető
 dietetikus

