



"C" menü - gluténmentes összetételi lista

Tételes étlap 2025.03.24. - 2025.03.30.

| | Diéta | Étlap tétel | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír-sav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|---|-------|--------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|----------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
| 3/24/2025 hétfő (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me | E | Barackleves | 890.57 | 213.06 | 1.77 | 4.24 | 2.05 | 41.41 | 28.99 | 0.49 | | |
| | | Rizses csirke | 2 184.51 | 522.61 | 32.27 | 17.68 | 2.90 | 57.91 | 0.00 | 1.24 | | |
| | | Vegyes vágott savanyúság | 49.90 | 11.94 | 0.66 | 0.12 | 0.00 | 2.04 | 0.00 | 0.53 | | |
| | | Összesen: | 3 124.98 | 747.61 | 34.70 | 22.04 | 4.95 | 101.36 | 28.99 | 2.26 | | |





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

| | | | | | | | | | | | | |
|--|---|--------------------------------|----------|--------|-------|-------|------|-------|------|------|--|--|
| 3/25/2025 kedd (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me | E | Brokkoli krémleves | 466.65 | 111.64 | 3.38 | 7.07 | 0.77 | 8.49 | 0.00 | 1.00 | | |
| | | Alma | 145.41 | 34.79 | 0.40 | 0.40 | 0.00 | 7.00 | 0.00 | 0.01 | | |
| | | Corn flake-s bundában sült csi | 1 804.08 | 431.60 | 17.13 | 30.19 | 4.47 | 22.18 | 0.00 | 0.59 | | |
| | | Burgonyapüré | 1 072.37 | 256.55 | 6.25 | 3.00 | 0.06 | 50.00 | 0.00 | 1.01 | | |
| | | Összesen: | 3 488.51 | 834.58 | 27.16 | 40.66 | 5.30 | 87.67 | 0.00 | 2.61 | | |





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

| | | | | | | | | | | | | |
|--|---|-------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|-------|------|------|--|--|
| 3/26/2025 szerda (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me | E | Vagdalt | 1 838.05 | 439.73 | 11.05 | 42.32 | 8.31 | 3.21 | 0.02 | 0.59 | | |
| | | Fejtett babfőzelék mir. | 2 012.99 | 481.58 | 23.10 | 10.24 | 3.39 | 73.34 | 2.45 | 0.71 | | |
| | | Zöldségleves | 505.95 | 121.04 | 1.91 | 5.16 | 0.59 | 16.38 | 0.50 | 0.60 | | |
| | | Mandarin | 117.59 | 28.13 | 0.42 | 0.18 | 0.00 | 5.88 | 0.00 | 0.00 | | |
| | | Összesen: | 4 474.58 | 1 070.48 | 36.48 | 57.90 | 12.29 | 98.81 | 2.97 | 1.90 | | |






"C" menü - gluténmentes összetételi lista

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|-----------------------------------|----------|----------|-------|-------|------|--------|-------|------|--|--|
| 3/27/2025 csütörtök (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me | E | Kukorica darás tészta lekvárra | 2 977.94 | 712.43 | 8.09 | 3.24 | 0.31 | 160.71 | 56.13 | 0.16 | | |
| | | Csorbaleves | 1 979.12 | 473.48 | 23.80 | 33.74 | 9.59 | 17.59 | 0.00 | 1.17 | | |
| | | Összesen: | 4 957.06 | 1 185.91 | 31.89 | 36.98 | 9.90 | 178.30 | 56.13 | 1.33 | | |





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

| | | | | | | | | | | | |
|--|---|----------------|----------|--------|-------|-------|------|--------|------|------|---|
| 3/28/2025 péntek (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me | E | Gránátos kocka | 2 719.32 | 650.55 | 7.74 | 20.95 | 2.34 | 105.39 | 5.00 | 0.12 | |
| | | Zöldborsóleves | 736.87 | 176.28 | 5.59 | 5.16 | 0.57 | 26.53 | 0.51 | 0.73 |  |
| | | Összesen: | 3 456.19 | 826.83 | 13.33 | 26.11 | 2.91 | 131.92 | 5.51 | 0.85 | |

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

