



"C" menü - gluténmentes összetételi lista

Tételes étlap 2025.12.01. - 2025.12.07.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
12/1/2025 hétfő	(00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Grillezett csirkemell	563.20	134.74	14.89	8.06	1.00	0.50	0.00	0.29		
			Petrezselymes rizs	869.93	208.12	3.89	4.60	0.53	37.53	0.00	0.29		
			Vegyes vágott savanyúság	49.90	11.94	0.66	0.12	0.00	2.04	0.00	0.53		
			Fahéjas szilvaleves	886.69	212.13	1.57	4.21	2.05	41.41	36.89	0.05		
				Összesen:	2 369.72	566.93	21.01	16.99	3.58	81.48	36.89	1.16	





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

12/2/2025 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	0.45	0.12		
			Zöldborsófőzelék *mir.* TM,LÉ	1 242.39	297.22	15.44	8.69	0.90	38.53	0.00	0.53		
			Sült virsli isk	853.97	204.30	8.75	18.64	5.89	0.14	0.00	0.35		
			Narancs	103.87	24.85	0.36	0.12	0.00	5.10	0.00	0.00		
			Összesen:	3 113.23	744.79	28.96	34.64	7.64	77.18	0.45	1.00		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

12/3/2025 szerda (00613) Gyermekek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Zöldségkrémleves	515.50	123.33	1.84	7.20	0.85	12.70	1.38	0.43		
		Marhapörkölt	1 065.93	255.01	16.27	14.50	1.50	5.85	0.00	0.22		
		Burgonya petrezselymes 150 g	582.60	139.38	3.00	3.21	0.37	24.00	0.00	0.31		
		Összesen:	2 309.44	552.51	21.51	25.31	2.72	49.55	1.38	0.97		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

12/4/2025 csütörtök (00613) Gyermekek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Tésztaleves	322.46	77.14	1.46	3.10	0.36	10.79	0.04	0.60		
		Székelykáposzta LÉ.	1 692.17	404.82	15.86	31.58	9.73	13.77	0.30	0.90	 	
		Összesen:	2 014.63	481.96	17.32	34.68	10.09	24.56	0.34	1.50		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

12/5/2025 péntek (00613) Gyermekek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Tejberizs szórattal	2 151.65	514.75	7.80	3.80	0.79	111.80	34.28	0.09		
		Hamis gulyásleves	963.51	230.51	4.89	7.02	0.80	35.97	0.41	0.44		
		Összesen:	3 115.16	745.26	12.69	10.82	1.59	147.77	34.69	0.53		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

