



"C" menü - gluténmentes összetételi lista

Tételes étlap 2025.12.15. - 2025.12.21.														
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhid rát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
12/15/2025 hétfő	Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Bolognai spagetti	1 866.62	446.56	20.55	15.15	6.14	55.74	7.64	0.42			
			Zöldbableves	561.35	134.29	3.07	7.10	0.81	14.38	2.05	0.69			
			Összesen:	2 427.97	580.85	23.62	22.25	6.95	70.12	9.69	1.11			





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

12/16/2025 kedd	Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Őszibarackkal sült pulykamell	1 792.17	428.75	26.18	21.01	4.85	33.07	25.44	0.39		
			Burgonyapüré	926.41	221.63	5.47	7.30	2.32	32.68	0.03	0.23		
			Mandarin	117.59	28.13	0.42	0.18	0.00	5.88	0.00	0.00		
			Póréhagyma leves	465.10	111.27	1.26	5.92	0.67	13.05	0.41	0.10		
			Összesen:	3 301.27	789.78	33.33	34.41	7.84	84.68	25.88	0.72		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

12/17/2025 szerda	(00613) Gyermekek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Alma	87.25	20.87	0.24	0.24	0.00	4.20	0.00	0.01		
			Húsleves főtt hússal LÉ.	1 761.33	421.37	22.40	29.05	10.28	17.12	0.56	0.13		
			Sertés pörkölt LM	1 852.45	443.17	21.98	36.86	13.20	5.31	0.00	0.31		
			Tökfőzelék	975.57	233.39	4.40	12.14	2.93	26.22	2.00	0.40		
			Összesen:	4 676.60	1 118.80	49.02	78.29	26.41	52.85	2.56	0.85		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

12/18/2025 csütörtök	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	0.51	0.52		
			Serpenyős burg.kolbásszal	1 564.42	374.26	12.35	20.88	6.31	33.20	0.00	0.44		
			Csemege uborka	34.52	8.26	0.36	0.06	0.00	1.56	1.14	0.30		
			Összesen:	2 865.26	685.47	25.63	42.06	12.18	49.55	1.65	1.26		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

12/19/2025 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	7.88	0.39		
		Összesen:	3 814.37	912.53	39.67	16.83	3.39	148.80	32.86	0.44		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

