



"C" menü - gluténmentes összetételi lista

Tételes étlap 2026.01.26. - 2026.02.01.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
1/26/2026 hétfő	Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Vegyes vágott savanyúság	49.90	11.94	0.66	0.12	0.00	2.04	0.00	0.53		
			Burgonyapüré	1 072.37	256.55	6.25	3.00	0.06	50.00	0.00	0.42		
			Sárgaborsó leves	1 223.49	292.70	14.18	7.61	0.91	41.38	0.50	0.51		
			Vagdalt	1 838.05	439.73	11.05	42.32	8.31	3.21	0.02	0.59		
				Összesen:	4 183.81	1 000.92	32.14	53.05	9.28	96.63	0.52	2.05	





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

1/27/2026 kedd	Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Zöldség krokett	1 127.61	269.76	5.05	18.95	3.06	19.36	0.32	0.43		
			Finomfőzelék	1 125.36	269.22	8.48	10.25	1.14	35.13	5.00	0.00		
			Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
			Csirkeragu leves	505.77	121.00	15.08	4.47	0.59	4.77	0.29	0.03		
			Összesen:	3 197.51	764.95	29.91	33.77	4.79	83.46	5.61	0.52		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

1/28/2026 szerda (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Újházi tyúkhúsleves	1 082.49	258.97	32.63	8.13	2.00	13.29	1.11	0.48		
		Mákos metélt tej-tojás-gluténm	2 896.13	692.85	10.15	20.89	4.02	114.14	35.87	0.11		
		Összesen:	3 978.62	951.82	42.78	29.02	6.02	127.43	36.98	0.59		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

1/29/2026 csütörtök (00613) Gyermekek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Zöldségleves	505.95	121.04	1.91	5.16	0.59	16.38	0.50	0.60		
		Húsgombóc	1 078.54	258.02	12.61	14.65	5.19	18.82	0.06	0.59		
		Paradicsom mártás LÉ.	760.25	181.88	2.59	6.20	0.69	28.69	20.99	0.23		
		Főtt burgonya	783.89	187.53	5.00	0.40	0.05	40.00	0.00	0.12		
		Alma	87.25	20.87	0.24	0.24	0.00	4.20	0.00	0.01		
		Összesen:	3 215.88	769.34	22.35	26.65	6.52	108.09	21.55	1.55		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

1/30/2026 péntek (00613) Gyermekek (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		
		Káposztás kocka	1 274.39	304.88	2.73	5.33	0.56	60.86	4.00	0.49		
		Összesen:	2 187.39	523.30	7.14	12.52	1.41	94.27	4.45	0.61		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

