



## "C" menü - gluténmentes összetételi lista

### Tételes étlap 2026.04.13. - 2026.04.19.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/13/2026 hétfő (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Csirkepörkölt LÉ, TM	1 882.88	450.45	51.24	23.89	4.46	7.13	0.53	0.50		
		Tészta köret gluténmentes	1 420.07	339.73	1.60	4.41	0.42	73.00	0.00	0.10		
		Zöldségkrémleves	515.50	123.33	1.84	7.20	0.85	12.70	1.48	0.43		
		Összesen:	3 818.45	913.51	54.68	35.50	5.73	92.83	2.01	1.03		





## "C" menü - gluténmentes összetételi lista

4/14/2026 kedd (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		
		Alma	87.25	20.87	0.24	0.24	0.00	4.20	0.00	0.01		
		Gulyásleves	2 068.99	494.97	23.97	23.50	4.44	35.06	1.29	0.35		
		Zöldbabfőzelék	1 150.16	275.16	7.84	13.19	3.63	30.21	0.45	0.50		
		Összesen:	5 144.45	1 230.73	43.10	79.25	16.38	72.68	1.76	1.45		





## "C" menü - gluténmentes összetételi lista

4/15/2026 szerda (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		
		Serpenyős burg.kolbásszal	1 564.42	374.26	12.14	20.88	6.31	33.20	0.16	0.44		
		Céklasaláta, csemege szeletelt	159.23	38.09	0.79	0.06	0.00	8.35	8.33	0.12		
		Összesen:	2 616.44	625.94	14.91	25.37	8.37	82.05	33.47	0.61		








## "C" menü - gluténmentes összetételi lista

4/16/2026 csütörtök (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Tésztaleves	322.46	77.14	1.46	3.10	0.36	10.79	0.04	0.60		
		Sült csirkecomb	704.91	168.64	20.99	8.92	1.74	0.89	0.00	0.39		
		Párolt rizs	886.72	212.13	4.15	3.94	0.47	39.84	0.02	0.20		
		Narancs	103.87	24.85	0.36	0.12	0.00	5.10	0.00	0.00		
		Összesen:	2 017.96	482.76	26.96	16.08	2.57	56.62	0.06	1.19		





## "C" menü - gluténmentes összetételi lista

<b>4/17/2026</b> <b>péntek</b> (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	<b>E</b>	Fejtett bableves	1 722.83	412.16	15.93	21.48	6.57	38.84	0.49	0.63	  	
		Kukorica darás tészta lekvárra	2 215.58	530.04	6.23	2.53	0.24	119.04	40.38	0.14		
		Összesen:	3 938.41	942.20	22.16	24.01	6.81	157.88	40.87	0.77		

.....  
 Élelmezési  
 osztályvezető

.....  
 Vezető  
 dietetikus

