



"C" menü - gluténmentes összetételi lista

Tételes étlap 2026.09.28. - 2026.10.04.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/28/2026 hétfő	(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		
			Sült csirkemell isk	673.65	161.16	17.29	9.98	1.23	0.35	0.00	0.39		
			Burgonyapüré	1 444.35	345.54	9.67	8.90	3.10	55.33	0.03	0.24		
			Csemege uborka	34.52	8.26	0.36	0.06	0.00	1.56	1.14	0.30		
					Összesen:	3 045.31	728.55	29.30	23.37	6.39	97.74	26.15	0.98





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

9/29/2026 kedd	(00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Burgonya krémleves TM,LÉ,Tojás	913.51	218.54	3.40	7.98	1.20	32.72	1.28	0.55		
			Sertéssült	915.99	219.14	12.89	16.86	5.97	3.71	0.60	0.11		
			Lencsefőzelék	2 957.52	707.54	40.02	15.40	1.69	101.39	3.00	0.53		
			Szilva	176.16	42.14	0.49	0.12	0.00	9.17	0.00	0.01		
			Összesen:	4 963.18	1 187.36	56.80	40.36	8.86	146.99	4.88	1.20		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

9/30/2026 szerda (00613) Gyermekek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Párolt rizs	1 356.12	324.43	6.55	4.96	0.59	63.09	0.02	0.20		
		Alma	87.25	20.87	0.24	0.24	0.00	4.20	0.00	0.01		
		Pulyka aprópecsenye isk	973.90	232.99	21.01	15.15	3.78	2.87	0.60	0.47		
		Tésztaleves	636.41	152.25	3.13	6.08	0.71	20.96	0.82	0.22		
		Összesen:	3 053.68	730.54	30.93	26.43	5.08	91.12	1.44	0.90		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

10/1/2026 csütörtök (00613) Gyermekek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Mákos metélt LÉ.	2 720.87	650.93	7.75	19.59	3.85	110.14	30.87	0.10		
		Húsleves főtt hússal LÉ.	1 761.33	421.37	22.40	29.05	10.28	17.12	0.66	0.13		
		Összesen:	4 482.20	1 072.30	30.15	48.64	14.13	127.26	31.53	0.23		





"C" menü - gluténmentes összetételi lista

10/2/2026 péntek (00613) Gyermekek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Paradicsom leves	953.12	228.02	3.71	7.19	0.80	36.79	22.99	0.27		
		Gránátos kocka	2 719.32	650.55	7.74	20.95	2.34	105.39	5.00	0.51		
		Összesen:	3 672.44	878.57	11.45	28.14	3.14	142.18	27.99	0.78		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

