"C" menü - gluténmentes összetételi lista

Tételes étlap 2026.10.05. - 2026.10.11.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/5/2026 hétfő	(00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	**E**	Csontleves tésztabetéttel LÉ.	347.47	83.13	3.56	3.22	0.46	10.43	0.56	0.12		
			Sült virsli isk	853.97	204.30	8.75	18.64	5.89	0.14	0.00	0.35		
			Lencsefőzelék	2 957.52	707.54	40.02	15.40	1.69	101.39	3.00	0.53		
			Összesen:	4 158.96	994.97	52.33	37.26	8.04	111.96	3.56	1.00		

"C" menü - gluténmentes összetételi lista

10/6/2026 kedd (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	**E**	Zellerleves	429.17	102.67	1.43	6.98	0.81	8.32	0.05	0.39		
		Sertés pörkölt LM	1 852.45	443.17	21.98	36.86	13.20	5.31	0.68	0.31		
		Mandarin	117.59	28.13	0.42	0.18	0.00	5.88	0.00	0.00		
		Főtt burgonya	979.87	234.42	6.25	0.50	0.06	50.00	0.00	0.13		
		Összesen:	3 379.08	808.39	30.08	44.52	14.07	69.51	0.73	0.83		

"C" menü - gluténmentes összetételi lista

10/7/2026 szerda	Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me (00613)	**E**	Rizi-bizi	1 200.54	287.21	7.21	5.09	0.60	52.87	0.05	0.11	
			Resztelt csirkemáj LÉ, TM	836.68	200.16	16.60	12.38	2.23	5.34	0.51	0.35	
			Csemege uborka	34.52	8.26	0.36	0.06	0.00	1.56	1.14	0.30	
			Pulykaragu leves	1 096.30	262.27	15.51	12.83	2.70	20.90	0.56	0.32	
			Összesen:	3 168.04	757.90	39.68	30.36	5.53	80.67	2.26	1.08	

"C" menü - gluténmentes összetételi lista

10/8/2026 csütörtök (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	**E**	Tört burgonya	833.50	199.40	3.75	6.80	0.78	30.00	0.00	0.41		
		Karfiolleves	330.80	79.14	2.21	3.25	0.36	10.17	0.00	0.20		
		Körte	155.06	37.10	0.28	0.21	0.00	8.40	0.00	0.00		
		Grillezett csirkemell	563.20	134.74	14.89	8.06	1.00	0.50	0.00	0.29		
		Meggymártás *mir.* LÉ.	918.64	219.77	2.45	4.86	2.06	40.02	20.98	0.20		
		Összesen:	2 801.20	670.15	23.58	23.18	4.20	89.09	20.98	1.10		
10/9/2026 péntek (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	**E**	Cseresznyeleves mir. LÉ.	907.51	217.11	1.91	4.48	2.05	41.40	24.98	0.04		
		Grillezett sajt Vegán	233.30	55.81	0.01	5.39	1.86	1.76	0.00	0.18		
		Párolt rizs	886.72	212.13	4.15	3.94	0.47	39.84	0.02	0.20		
		Összesen:	2 027.53	485.05	6.07	13.81	4.38	83.00	25.00	0.42		

.....	.....
Élelmezési osztályvezető	Vezető dietetikus