

KW 23	Menü 1	Vegetarisches Gericht	Dessert
Montag	Hühnerfrikassee mit Spargel, Erbsen und Champignons dazu Gemüserais N: 396.24 kcal F: 20.43 g GF: 9.41 g C: 35.14 g Z: 3.39 g P: 17.55 g S: 5.52 g B: 2.92 BE	Bunte Gemüse-Reispfanne N: 447.44 kcal F: 26.76 g GF: 7.68 g C: 44.19 g Z: 9.44 g P: 7.41 g S: 0.67 g B: 3.68 BE	Tiramisu N: 141.40 kcal F: 7.21 g GF: 4.45 g C: 16.30 g Z: 5.97 g P: 2.77 g S: 0.14 g B: 1.36 BE
Dienstag	Schnitzel mit Tomaten-Zwiebelgemüse überbacken dazu Röstiecken N: 625.64 kcal F: 29.91 g GF: 10.76 g C: 50.93 g Z: 5.70 g P: 37.46 g S: 0.77 g B: 4.24 BE	Hausgemachte bunt belegte Pizza mit Käse überbacken N: 354.21 kcal F: 16.10 g GF: 4.57 g C: 35.43 g Z: 3.36 g P: 16.21 g S: 1.40 g B: 2.95 BE	Luftige Karamel Creme N: 139.29 kcal F: 3.76 g GF: 2.49 g C: 22.42 g Z: 13.36 g P: 3.56 g S: 0.18 g B: 1.87 BE
Mittwoch	Rübenmus mit einer herzhaften Kräuterkasseler Scheibe N: 536.45 kcal F: 26.42 g GF: 13.49 g C: 36.97 g Z: 21.47 g P: 36.93 g S: 3.79 g B: 3.06 BE	Hausgemachte Kartoffelpuffer mit Apfelmus N: 590.08 kcal F: 34.28 g GF: 3.76 g C: 60.85 g Z: 23.08 g P: 8.90 g S: 0.14 g B: 5.07 BE	Pfirsichkompott N: 48.34 kcal F: 0.07 g GF: 0.01 g C: 11.25 g Z: 10.96 g P: 0.36 g S: 0.00 g B: 0.94 BE
Donnerstag	Schweinegeschnetzeltes mit Pilzen und Zwiebeln dazu Kartoffeln und Karotten N: 416.97 kcal F: 25.24 g GF: 11.80 g C: 8.87 g Z: 4.88 g P: 38.77 g S: 2.84 g B: 0.73 BE	Cremiger Nudelauflauf mit Tomaten, Brokkoli und Mozzarella N: 517.13 kcal F: 20.13 g GF: 10.86 g C: 53.91 g Z: 5.48 g P: 29.24 g S: 1.18 g B: 41.95 BE	Pistazienpudding mit Sahne N: 265.99 kcal F: 8.07 g GF: 4.98 g C: 43.45 g Z: 34.24 g P: 4.30 g S: 0.23 g B: 3.62 BE
Freitag	Überbackenes Fischfilet an Kräuter Sahne Sauce, dazu Stampfkartoffeln, und einem grünen Salat mit Joghurtdressing N: 968.44 kcal F: 62.70 g GF: 19.91 g C: 72.10 g Z: 22.95 g P: 28.55 g S: 1.75 g B: 6.02 BE	Gemüsespieß an Käutersauce dazu Stampfkartoffeln N: 900.60 kcal F: 71.44 g GF: 16.71 g C: 53.78 g Z: 10.97 g P: 11.59 g S: 6.31 g B: 4.48 BE	Schokoladen Creme N: 214.84 kcal F: 8.77 g GF: 4.88 g C: 28.09 g Z: 25.95 g P: 5.57 g S: 0.15 g B: 2.34 BE
Samstag	Milchreis an Kirschoße dazu Zimt und Zucker N: 622.97 kcal F: 20.51 g GF: 13.08 g C: 95.97 g Z: 63.97 g P: 12.41 g S: 0.31 g B: 8.00 BE	Vegetarische Blumenkohl Brokkolicremesuppe mit Kartoffelwürfel N: 196.05 kcal F: 13.45 g GF: 8.01 g C: 14.14 g Z: 4.82 g P: 4.66 g S: 0.06 g B: 1.18 BE	Obst der Saison N: 161.21 kcal F: 0.32 g GF: 0.10 g C: 36.05 g Z: 31.08 g P: 2.07 g S: 0.01 g B: 3.01 BE
Sonntag	Krustenbraten vom Schwein mit Speckbohnen und Klößen N: 552.16 kcal F: 13.44 g GF: 5.24 g C: 51.61 g Z: 14.11 g P: 54.12 g S: 5.64 g B: 4.30 BE	Kürbis Lauch Quiche mit Käse überbacken N: 877.21 kcal F: 54.39 g GF: 23.54 g C: 66.86 g Z: 19.84 g P: 30.09 g S: 1.33 g B: 5.57 BE	Eisbecher N: 214.47 kcal F: 15.40 g GF: 8.85 g C: 16.34 g Z: 15.71 g P: 2.90 g S: 0.09 g B: 1.36 BE

Nährwertangaben pro Portion N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Broteinheit