

KW 43	Menü 1	Vegetarisches Gericht	Dessert
Montag	Hähnchenmedaillon Hawaii an Ananas-Currysauce dazu Gemüsereis N: 614.73 kcal F: 35.20 g GF: 17.82 g C: 45.54 g Z: 18.02 g P: 29.02 g S: 1.78 g B: 3.79 BE	Kohlrabi Kräuter Medaillon auf Currysauce, mit Gemüsereis N: 385.15 kcal F: 10.31 g GF: 1.28 g C: 62.87 g Z: 10.55 g P: 8.20 g S: 2.49 g B: 5.23 BE	Kokos Mandel Pudding mit Sahne N: 198.89 kcal F: 6.11 g GF: 3.78 g C: 33.28 g Z: 24.08 g P: 2.33 g S: 0.16 g B: 2.78 BE
Dienstag	Bauerneintopf mit Bauchfleisch, Gemüse und Kartoffelwürfel N: 325.60 kcal F: 16.96 g GF: 6.74 g C: 25.62 g Z: 4.77 g P: 17.58 g S: 0.16 g B: 2.13 BE	Germknödel mit Mohnbutter und warmer Kirschsauce N: 310.75 kcal F: 16.11 g GF: 9.56 g C: 36.75 g Z: 15.83 g P: 4.68 g S: 0.16 g B: 3.06 BE	Birne mit Schokoladensauce N: 183.01 kcal F: 4.70 g GF: 2.74 g C: 31.44 g Z: 23.35 g P: 3.53 g S: 0.19 g B: 2.62 BE
Mittwoch	Gabelspaghetti Bolognese und Parmesankäse N: 560.45 kcal F: 26.00 g GF: 5.92 g C: 59.88 g Z: 7.12 g P: 23.77 g S: 2.24 g B: 4.99 BE	Gabelspaghetti mit Tomaten Basilikumsahnesauce und Parmesankäse N: 457.97 kcal F: 22.77 g GF: 8.19 g C: 51.68 g Z: 4.43 g P: 11.52 g S: 2.87 g B: 4.31 BE	Stracciatella Creme N: 57.31 kcal F: 1.52 g GF: 1.01 g C: 9.91 g Z: 9.35 g P: 0.87 g S: 0.02 g B: 0.83 BE
Donnerstag	Überbackene Schinkenröllchen mit Spargel und Hollandaise dazu Röstkartoffeln N: 323.99 kcal F: 14.46 g GF: 2.94 g C: 33.88 g Z: 5.62 g P: 13.54 g S: 0.78 g B: 2.82 BE	Kartoffelgemüsegratin Sahnesauce N: 445.67 kcal F: 31.33 g GF: 19.10 g C: 32.48 g Z: 6.95 g P: 8.22 g S: 5.70 g B: 2.71 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	Gebratenes paniertes Fischfilet auf Bechamel Kartoffeln mit Porree dazu einen Tomatensalat N: 537.64 kcal F: 25.36 g GF: 6.86 g C: 45.88 g Z: 13.93 g P: 30.32 g S: 0.35 g B: 3.82 BE	Mediterraner Röstiburger mit Fetakäse N: 921.02 kcal F: 66.06 g GF: 17.98 g C: 61.62 g Z: 18.26 g P: 19.85 g S: 1.90 g B: 5.13 BE	Schokomousse N: 352.97 kcal F: 28.30 g GF: 17.02 g C: 20.38 g Z: 20.33 g P: 4.92 g S: 0.14 g B: 1.70 BE
Samstag	Holsteiner Erbsensuppe mit Speck, Fleischeinlage, Würstchen und Suppengrün N: 254.93 kcal F: 13.51 g GF: 5.33 g C: 15.37 g Z: 6.98 g P: 17.70 g S: 1.90 g B: 1.28 BE	Gefüllter Pfannkuchen mit Vanillesauce N: 476.76 kcal F: 17.53 g GF: 8.50 g C: 68.96 g Z: 40.27 g P: 10.16 g S: 0.50 g B: 5.75 BE	Frucht-Joghurtspeise N: 158.54 kcal F: 6.22 g GF: 3.71 g C: 21.86 g Z: 19.44 g P: 3.11 g S: 0.16 g B: 1.82 BE
Sonntag	Paniertes Hähnchenschnitzel Cordon bleu dazu frisches Gemüse in Rahm und Kartoffeln N: 977.10 kcal F: 74.10 g GF: 20.57 g C: 44.88 g Z: 8.49 g P: 33.57 g S: 1.49 g B: 3.74 BE	Vegetarische Knusperfrikadelle Rahmgemüse und Salzkartoffeln N: 828.67 kcal F: 61.39 g GF: 19.71 g C: 56.03 g Z: 10.10 g P: 12.90 g S: 3.32 g B: 4.67 BE	Eisbecher N: 193.03 kcal F: 13.86 g GF: 7.97 g C: 14.70 g Z: 14.14 g P: 2.61 g S: 0.08 g B: 1.22 BE

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