

KW 46	Menü 1	Vegetarisches Gericht	Dessert
Montag	Panierte Hähnchennuggets mit Rahmkohlrabi und Stampfkartoffeln N: 868.82 kcal F: 51.21 g GF: 18.07 g C: 73.80 g Z: 14.59 g P: 27.68 g S: 4.21 g B: 6.14 BE	Gebratene Gemüse Nuggets Rahmkohlrabi und Stampfkartoffeln N: 614.45 kcal F: 34.90 g GF: 19.96 g C: 58.05 g Z: 20.34 g P: 16.19 g S: 2.08 g B: 4.82 BE	Nuss-Nougat-Pudding N: 130.35 kcal F: 3.48 g GF: 2.28 g C: 21.45 g Z: 15.01 g P: 2.95 g S: 0.15 g B: 1.79 BE
Dienstag	Herzhafte Kartoffelpuffer mit Apfelmus N: 197.52 kcal F: 5.89 g GF: 2.96 g C: 32.17 g Z: 19.18 g P: 3.11 g S: 0.54 g B: 2.68 BE	Vegetarische Spargelcremesuppe mit Würfelpotatoes N: 184.71 kcal F: 14.57 g GF: 7.80 g C: 9.66 g Z: 2.54 g P: 3.98 g S: 0.17 g B: 0.81 BE	Vanillecreme
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	Käsespätzle an Kräutersoße N: 492.82 kcal F: 33.39 g GF: 22.40 g C: 22.29 g Z: 4.06 g P: 25.71 g S: 2.31 g B: 1.86 BE	Obstsalat mit Schlagrahm N: 237.50 kcal F: 9.78 g GF: 5.37 g C: 34.96 g Z: 32.82 g P: 1.78 g S: 0.03 g B: 2.91 BE
Donnerstag	Szegediner Gulasch (Schweinegulasch mit Sauerkraut) dazu Kartoffeln N: 288.80 kcal F: 21.63 g GF: 8.55 g C: 0.15 g Z: 0.15 g P: 23.66 g S: 0.34 g B: 0.01 BE	Vegetarisches Bauernfrühstück mit Zwiebeln und Gewürz gurke N: 371.63 kcal F: 28.94 g GF: 11.97 g C: 18.95 g Z: 2.72 g P: 8.90 g S: 1.81 g B: 1.58 BE	Griespudding mit Fruchtsauce N: 171.96 kcal F: 2.65 g GF: 1.75 g C: 33.35 g Z: 15.71 g P: 3.11 g S: 0.09 g B: 2.78 BE
Freitag	Knusprige Kutter Fischfrikadelle mit warmen Speck Kartoffelsalat und einem Gurkensalat N: 519.49 kcal F: 20.02 g GF: 3.05 g C: 56.96 g Z: 22.03 g P: 25.79 g S: 3.41 g B: 4.74 BE	Gebratenes Gemüsebagel an Bernaisesauce dazu Reis und Gurkensalat N: 365.11 kcal F: 14.11 g GF: 5.90 g C: 46.69 g Z: 19.51 g P: 11.71 g S: 0.74 g B: 3.89 BE	Frucht Buttermilchkaltschale N: 142.55 kcal F: 3.57 g GF: 2.05 g C: 24.49 g Z: 20.11 g P: 2.25 g S: 0.07 g B: 2.04 BE
Samstag	Hühnersuppen Eintopf mit erlesenem Gemüse und Reis N: 280.41 kcal F: 15.05 g GF: 4.85 g C: 15.16 g Z: 2.42 g P: 21.07 g S: 0.21 g B: 1.26 BE	Rote Grütze mit Milch N: 314.70 kcal F: 2.79 g GF: 1.29 g C: 67.52 g Z: 42.49 g P: 2.77 g S: 0.08 g B: 5.62 BE	Fruchtige Joghurtcreme 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	Geschmorter Rinderbraten an seiner Sauce dazu Rotkohl und Knödel N: 854.05 kcal F: 56.57 g GF: 23.98 g C: 34.51 g Z: 8.66 g P: 52.13 g S: 1.66 g B: 2.88 BE	Vegetarische Frühlingsrolle an Asia Sauce dazu erlesenes Gemüse N: 656.64 kcal F: 47.12 g GF: 19.70 g C: 52.13 g Z: 26.33 g P: 6.73 g S: 2.04 g B: 4.34 BE	Götterspeise mit Vanillesauce N: 111.33 kcal F: 1.58 g GF: 0.76 g C: 22.62 g Z: 20.96 g P: 1.31 g S: 0.04 g B: 1.89 BE

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