

KW 48	Menü 1	Vegetarisches Gericht	Dessert
Montag	Hähnchen - Geschnitzeltes in Currysauce mit Cocktailfrüchten dazu Erbsenreis N: 441.45 kcal F: 17.76 g GF: 9.39 g C: 39.61 g Z: 13.29 g P: 30.49 g S: 1.16 g B: 3.30 BE	Thailändische vegetarische Nudelpfanne mit Wokgemüse und Sojasauce N: 250.99 kcal F: 14.51 g GF: 3.98 g C: 25.65 g Z: 8.86 g P: 4.24 g S: 0.86 g B: 2.14 BE	Orangen Pudding N: 163.30 kcal F: 4.14 g GF: 2.74 g C: 27.14 g Z: 16.68 g P: 3.91 g S: 0.22 g B: 2.26 BE
Dienstag	Dreierlei Kohlsuppe mit Hackfleisch, Carbanossi und Würfelpotatoes N: 293.51 kcal F: 19.69 g GF: 8.08 g C: 10.98 g Z: 7.17 g P: 18.20 g S: 1.94 g B: 0.91 BE	Kartoffel Gemüse Auflauf mit Käse überbacken N: 1036.25 kcal F: 69.88 g GF: 38.70 g C: 68.08 g Z: 20.43 g P: 33.10 g S: 21.79 g B: 5.66 BE	Reis Trauttmansdorff N: 197.72 kcal F: 8.13 g GF: 5.09 g C: 28.44 g Z: 24.57 g P: 2.24 g S: 0.06 g B: 2.37 BE
Mittwoch	Putenmedaillons in Käse Eihülle gebraten mit Tomatensahnesauce und bunte Nudeln N: 721.62 kcal F: 43.72 g GF: 14.29 g C: 42.92 g Z: 4.87 g P: 39.47 g S: 2.20 g B: 3.58 BE	Gebäckene Champignons mit Kartoffelspalten und Knoblauchcreme N: 418.88 kcal F: 24.52 g GF: 6.79 g C: 27.43 g Z: 7.72 g P: 21.13 g S: 0.18 g B: 2.25 BE	Pflaumenkompott mit Schlagsahne N: 175.04 kcal F: 8.37 g GF: 4.94 g C: 23.36 g Z: 20.46 g P: 1.49 g S: 0.04 g B: 1.94 BE
Donnerstag	Hausgemachtes Hacksteak auf Bechamelkartoffeln mit Zucchini - Tomatengemüse N: 546.80 kcal F: 29.24 g GF: 12.53 g C: 44.47 g Z: 11.24 g P: 25.99 g S: 2.04 g B: 3.70 BE	Gefüllte Zucchini dazu Bechamelkartoffeln N: 363.93 kcal F: 20.25 g GF: 10.67 g C: 31.75 g Z: 7.69 g P: 12.96 g S: 1.11 g B: 2.65 BE	Vanillepudding mit Schokoladensauce N: 117.99 kcal F: 2.47 g GF: 1.44 g C: 19.94 g Z: 19.88 g P: 2.46 g S: 0.09 g B: 1.66 BE
Freitag	Gebratenes Rotbarschfilet an Krebschampannesauce mit Rahmspinat dazu Stampfkartoffeln N: 755.80 kcal F: 52.69 g GF: 18.15 g C: 36.54 g Z: 13.01 g P: 33.57 g S: 0.60 g B: 3.05 BE	Rahmspinat mit Muskat verfeinert und Schnittlauch-Rühreiern an Stampfkartoffeln N: 731.32 kcal F: 50.81 g GF: 18.05 g C: 41.86 g Z: 8.71 g P: 26.46 g S: 0.77 g B: 3.49 BE	Apfelschnee N: 137.72 kcal F: 8.01 g GF: 4.44 g C: 15.62 g Z: 15.11 g P: 0.75 g S: 0.03 g B: 1.30 BE
Samstag	Bunter frischer Gemüse Eintopf mit Fleischklößchen und Kräutern N: 131.34 kcal F: 7.32 g GF: 1.63 g C: 10.97 g Z: 6.96 g P: 5.21 g S: 1.51 g B: 0.91 BE	Bunter frischer Gemüse Eintopf mit Kartoffelwürfel und Kräutern N: 131.34 kcal F: 7.32 g GF: 1.63 g C: 10.97 g Z: 6.96 g P: 5.21 g S: 1.51 g B: 0.91 BE	Quarkspeise N: 232.92 kcal F: 8.07 g GF: 4.86 g C: 21.39 g Z: 21.30 g P: 17.50 g S: 0.15 g B: 1.79 BE
Sonntag	Schweinerippchen in seiner Sauce dazu Speckbohnen und Kartoffeln N: 753.30 kcal F: 51.49 g GF: 20.78 g C: 35.91 g Z: 9.61 g P: 34.28 g S: 4.70 g B: 2.98 BE	Gefüllte Blätterteigtasche an heller Sauce Bohnen und Kartoffeln N: 404.87 kcal F: 19.95 g GF: 10.64 g C: 42.23 g Z: 6.25 g P: 13.27 g S: 1.68 g B: 3.51 BE	Apfelkühle mit Vanillesoße N: 182.99 kcal F: 4.45 g GF: 2.53 g C: 30.43 g Z: 22.25 g P: 4.50 g S: 0.16 g B: 2.54 BE

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