

KW 16	Menü/Vollkost	Menü/Vegetarisches	Dessert
Montag	Frikadelle (Rind) "Bifteki" mit Krautsalat, Reis und Tzatziki N: 557.77 kcal F: 26.37 g GF: 10.69 g C: 44.63 g Z: 5.63 g P: 34.90 g S: 1.63 g B: 3.72 BE	2 Käseknödel mit brauner Butter, Grana Padano und großem Salat N: 656.99 kcal F: 46.34 g GF: 20.92 g C: 39.26 g Z: 5.90 g P: 21.22 g S: 1.64 g B: 3.27 BE	Espresso-Creme N: 250.00 kcal F: 18.91 g GF: 10.38 g C: 16.13 g Z: 14.40 g P: 4.19 g S: 0.07 g B: 1.34 BE
Dienstag	Spitzkohlsuppe mit Hackfleisch Carbanossi und Würfelpotatoes N: 270.31 kcal F: 18.34 g GF: 5.97 g C: 10.85 g Z: 6.71 g P: 16.03 g S: 3.89 g B: 0.90 BE	Vegetarische bunte Kartoffelsuppe mit Thymian N: 234.87 kcal F: 14.17 g GF: 8.03 g C: 22.35 g Z: 5.32 g P: 4.12 g S: 1.47 g B: 1.87 BE	Pfirsich - Kompott N: 58.77 kcal F: 0.09 g GF: 0.01 g C: 13.55 g Z: 13.08 g P: 0.53 g S: 0.00 g B: 1.13 BE
Mittwoch	Currywurst mit Kartoffelsalat N: 656.32 kcal F: 46.48 g GF: 13.77 g C: 39.48 g Z: 24.18 g P: 19.54 g S: 8.52 g B: 3.30 BE	Gnocchi mit Gorgonzola-Apfel-Soße N: 625.55 kcal F: 25.54 g GF: 12.89 g C: 83.12 g Z: 8.79 g P: 14.43 g S: 1.75 g B: 6.93 BE	Fruchtjoghurt N: 84.79 kcal F: 4.24 g GF: 2.53 g C: 6.41 g Z: 6.23 g P: 4.52 g S: 0.19 g B: 0.54 BE
Donnerstag	Szegediner Gulasch (Schweinegulasch mit Sauerkraut) dazu Kartoffeln N: 410.96 kcal F: 25.65 g GF: 10.08 g C: 19.12 g Z: 1.00 g P: 25.67 g S: 0.36 g B: 1.59 BE	Gemüsegulasch mit Reis N: 327.84 kcal F: 19.64 g GF: 5.60 g C: 31.51 g Z: 12.33 g P: 5.91 g S: 0.24 g B: 2.61 BE	Nuss Pudding N: 94.80 kcal F: 2.86 g GF: 1.90 g C: 14.31 g Z: 9.23 g P: 2.70 g S: 0.13 g B: 1.19 BE
Freitag	Forelle Müllerin mit Salzkartoffeln und brauner Butter N: 882.66 kcal F: 43.29 g GF: 17.34 g C: 47.04 g Z: 2.25 g P: 74.94 g S: 0.87 g B: 3.92 BE	Ziegenkäse gebacken mit Blattsalat und Focaccia N: 996.75 kcal F: 52.81 g GF: 18.01 g C: 94.36 g Z: 7.38 g P: 35.06 g S: 5.41 g B: 7.86 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
Samstag	Milchreis mit Kirsch-Kompott und Zimtucker N: 582.21 kcal F: 12.53 g GF: 8.24 g C: 98.66 g Z: 50.04 g P: 12.84 g S: 0.30 g B: 8.22 BE	Karotten - Ingwer Creme Suppe mit Croutons N: 208.70 kcal F: 14.16 g GF: 6.05 g C: 15.60 g Z: 9.27 g P: 4.72 g S: 4.02 g B: 1.30 BE	Erdbeeren mit Sahne N: 27.89 kcal F: 0.94 g GF: 0.47 g C: 3.68 g Z: 3.53 g P: 0.70 g S: 0.01 g B: 0.31 BE
Sonntag	Kalbsbraten mit Rahmsauce, Blumenkohl und Butterkartoffeln N: 732.87 kcal F: 42.48 g GF: 24.69 g C: 50.07 g Z: 13.14 g P: 36.94 g S: 6.13 g B: 4.16 BE	Vegetarisches Schnitzel mit Blumenkohl und Kartoffeln N: 761.78 kcal F: 60.53 g GF: 20.02 g C: 29.51 g Z: 9.76 g P: 25.79 g S: 3.75 g B: 2.44 BE	Spiegelei-Panna-Cotta mit Aprikose N: 154.35 kcal F: 5.25 g GF: 3.39 g C: 23.23 g Z: 21.60 g P: 2.14 g S: 0.06 g B: 1.93 BE

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