

KW 2	Menü/Vollkost	Menü/Vegetarisches	Dessert
Montag	Hühnersuppe mit Nudeln (hausgemacht) N: 283.19 kcal F: 14.27 g GF: 3.98 g C: 24.62 g Z: 1.57 g P: 13.66 g S: 5.41 g B: 2.05 BE	Gebratene kleine Gemüsenuggets an Bearnaisesauce und Prinzeßbohnen N: 308.94 kcal F: 17.97 g GF: 8.53 g C: 23.98 g Z: 7.25 g P: 12.69 g S: 0.72 g B: 1.99 BE	Obstsalat N: 96.66 kcal F: 0.30 g GF: 0.10 g C: 22.48 g Z: 21.38 g P: 0.50 g S: 0.10 g B: 1.87 BE
Dienstag	Kassler an Bayrisch Kraut dazu Salzkartoffeln und Senf N: 396.19 kcal F: 20.21 g GF: 7.05 g C: 30.52 g Z: 10.36 g P: 22.04 g S: 4.15 g B: 2.54 BE	Kartoffelpuffer mit Apfelmus N: 301.46 kcal F: 5.80 g GF: 3.14 g C: 55.80 g Z: 16.38 g P: 4.72 g S: 2.00 g B: 4.66 BE	Fruchtquark N: 103.89 kcal F: 3.70 g GF: 2.50 g C: 11.00 g Z: 10.00 g P: 6.50 g S: 0.13 g B: 0.92 BE
Mittwoch	Rinder Leber Ragout pikant mit Äpfeln und Zwiebeln dazu Kartoffelstampf N: 491.01 kcal F: 20.36 g GF: 12.37 g C: 47.02 g Z: 11.09 g P: 28.23 g S: 3.89 g B: 3.92 BE	Gnocchi mit Spinatsoße N: 469.86 kcal F: 11.05 g GF: 5.99 g C: 79.34 g Z: 4.22 g P: 11.34 g S: 0.48 g B: 6.62 BE	Kokos-Zitronen-Panna-Cotta N: 224.11 kcal F: 18.71 g GF: 14.22 g C: 12.06 g Z: 12.05 g P: 2.10 g S: 0.06 g B: 1.01 BE
Donnerstag	Gefüllte Paprika mit Hackfleisch, Tomatensoße und Reis N: 292.31 kcal F: 13.82 g GF: 4.72 g C: 26.33 g Z: 9.58 g P: 14.52 g S: 2.93 g B: 2.20 BE	vegetarisch gefüllte Paprika, Tomatensoße und Reis N: 169.20 kcal F: 4.33 g GF: 0.69 g C: 26.93 g Z: 10.11 g P: 5.34 g S: 1.88 g B: 2.24 BE	Rhabarber Kompott N: 69.74 kcal F: 0.10 g GF: 0.10 g C: 14.90 g Z: 12.00 g P: 0.50 g S: 0.10 g B: 1.24 BE
Freitag	Rotbarsch mit Kartoffelspecksalat und Dip N: 645.39 kcal F: 52.16 g GF: 13.29 g C: 17.38 g Z: 2.74 g P: 27.36 g S: 2.20 g B: 1.45 BE	Kürbisauflauf mit Birnen und Zimtsoße N: 493.87 kcal F: 27.76 g GF: 11.23 g C: 42.72 g Z: 32.63 g P: 17.16 g S: 0.65 g B: 3.56 BE	Götterspeise N: 58.08 kcal F: 0.00 g GF: 0.00 g C: 13.06 g Z: 13.06 g P: 1.24 g S: 0.00 g B: 1.09 BE
Samstag	Kohlrabi Eintopf mit Cabannosi N: 293.13 kcal F: 20.29 g GF: 9.51 g C: 15.71 g Z: 1.60 g P: 10.73 g S: 1.67 g B: 1.30 BE	Milchreis mit Kirsch-Kompott und Zimtucker N: 565.03 kcal F: 12.79 g GF: 8.10 g C: 97.57 g Z: 48.98 g P: 12.47 g S: 0.34 g B: 8.12 BE	Obst der Saison N: 61.14 kcal F: 0.10 g GF: 0.10 g C: 13.60 g Z: 13.60 g P: 0.20 g S: 0.03 g B: 1.13 BE
Sonntag	Rindergulasch mit Spätzle N: 284.66 kcal F: 11.74 g GF: 5.30 g C: 6.56 g Z: 3.53 g P: 38.63 g S: 2.31 g B: 0.55 BE	Käsespätzle mit Röstzwiebeln N: 1299.63 kcal F: 101.78 g GF: 65.42 g C: 18.56 g Z: 7.60 g P: 79.94 g S: 3.00 g B: 1.55 BE	Eisbecher N: 60.19 kcal F: 2.70 g GF: 2.40 g C: 8.40 g Z: 7.80 g P: 0.90 g S: 0.05 g B: 0.70 BE

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