

KW 4	Menü/Vollkost	Menü/Vegetarisches	Dessert
Montag	Spaghetti Bolognese mit Grana Padano N: 465.35 kcal F: 16.49 g GF: 6.63 g C: 54.05 g Z: 5.78 g P: 23.21 g S: 1.70 g B: 4.50 BE	Canneloni mit Spinat überbacken N: 307.83 kcal F: 14.25 g GF: 9.00 g C: 26.24 g Z: 4.44 g P: 17.81 g S: 3.88 g B: 2.19 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	Grünkohl Eintopf mit Kasseler, Kochwurst und Kartoffelwürfel N: 438.75 kcal F: 27.77 g GF: 10.55 g C: 14.87 g Z: 13.16 g P: 32.03 g S: 2.90 g B: 1.24 BE	Großer Bauernsalat mit eingelegtem Hirtenkäse, dazu Focaccia N: 449.07 kcal F: 28.66 g GF: 4.33 g C: 37.72 g Z: 10.23 g P: 7.80 g S: 3.80 g B: 3.14 BE	Kirsch-Joghurt-Mousse mit Kirschen N: 174.53 kcal F: 9.44 g GF: 6.32 g C: 19.54 g Z: 18.88 g P: 2.42 g S: 0.07 g B: 1.62 BE
Mittwoch	Cordon bleu vom Huhn mit Kroketten und Gemüse N: 442.60 kcal F: 13.56 g GF: 4.75 g C: 52.23 g Z: 8.96 g P: 24.86 g S: 18.59 g B: 4.35 BE	Gekochte Eier mit Salzkartoffeln und Frankfurter Soße N: 710.05 kcal F: 60.34 g GF: 23.49 g C: 25.47 g Z: 5.93 g P: 17.99 g S: 2.23 g B: 2.12 BE	Obst der Saison N: 60.90 kcal F: 0.05 g GF: 0.02 g C: 14.35 g Z: 13.16 g P: 0.34 g S: 0.00 g B: 1.20 BE
Donnerstag	Bauernfrühstück mit Schinken und Zwiebeln dazu Gewürzgurken 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	Vegetarisches Bauernfrühstück mit Zwiebeln und Gewürzgurke 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	Schoko 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	Kabeljaufilet gedünstet Kräutersoße, Möhrengemüse, Kartoffeln N: 417.10 kcal F: 14.94 g GF: 7.94 g C: 48.34 g Z: 11.50 g P: 21.00 g S: 2.05 g B: 4.02 BE	Aloo Masala: Indisches Kartoffelcurry mit Duftreis N: 728.98 kcal F: 16.11 g GF: 8.78 g C: 126.59 g Z: 6.23 g P: 16.88 g S: 2.84 g B: 10.55 BE	Quarkspeise N: 99.13 kcal F: 1.43 g GF: 0.89 g C: 9.51 g Z: 8.70 g P: 11.28 g S: 0.10 g B: 0.80 BE
Samstag	Hühnereintopf mit Gemüse und Reis N: 280.32 kcal F: 12.71 g GF: 4.25 g C: 21.17 g Z: 1.00 g P: 20.09 g S: 0.95 g B: 1.77 BE	Beerensuppe mit Grießklöschen N: 475.71 kcal F: 15.40 g GF: 7.87 g C: 74.22 g Z: 55.96 g P: 7.10 g S: 0.91 g B: 6.18 BE	Erdbeeren mit Sahne N: 39.44 kcal F: 2.34 g GF: 1.45 g C: 3.51 g Z: 3.47 g P: 0.67 g S: 0.01 g B: 0.29 BE
Sonntag	Burgunderrollbraten in seiner Sauce dazu Bayrisch Kraut(Weißkohl mit Speck) und Kartoffeln N: 456.79 kcal F: 18.33 g GF: 8.22 g C: 35.79 g Z: 14.93 g P: 9.87 g S: 1.67 g B: 2.98 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	Eisbecher N: 174.79 kcal F: 9.94 g GF: 5.87 g C: 17.82 g Z: 17.82 g P: 3.37 g S: 0.13 g B: 1.49 BE

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