

KW 24	Menü/Vollkost	Menü/Vegetarisches	Dessert
Montag	Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensoße und Reis N: 397.11 kcal F: 11.89 g GF: 4.38 g C: 54.47 g Z: 7.85 g P: 17.44 g S: 2.01 g B: 4.54 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	Kirsch Pudding mit Sahne 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	Geflügelbratwurst mit Porree in Rahm und Petersilienkartoffeln N: 330.27 kcal F: 9.66 g GF: 5.03 g C: 32.18 g Z: 7.67 g P: 27.58 g S: 3.31 g B: 2.67 BE	Brokkoli Nussecke an Porree-Rahm dazu Kartoffeln N: 620.46 kcal F: 41.22 g GF: 18.48 g C: 48.48 g Z: 9.85 g P: 13.17 g S: 2.00 g B: 4.04 BE	Espresso-Panna-Cotta mit Schokostreuseln N: 254.59 kcal F: 13.22 g GF: 8.90 g C: 29.76 g Z: 21.88 g P: 4.05 g S: 0.09 g B: 2.48 BE
Mittwoch	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 Gewürzgurke N: 425.80 kcal F: 19.99 g GF: 3.92 g C: 44.23 g Z: 6.56 g P: 15.56 g S: 0.84 g B: 3.68 BE	Quarkspeise N: 150.29 kcal F: 9.18 g GF: 5.97 g C: 9.64 g Z: 8.66 g P: 7.42 g S: 0.10 g B: 0.81 BE
Donnerstag	Hackbällchen Toskana in Tomaten Basilikumsahnesauce, dazu Bandnudeln N: 565.97 kcal F: 34.37 g GF: 14.12 g C: 42.33 g Z: 8.64 g P: 22.00 g S: 1.63 g B: 3.54 BE	Vegetarische Bällchen in Kräuter Schmand Sauce dazu Mischgemüse und Bandnudeln N: 810.12 kcal F: 46.53 g GF: 12.93 g C: 77.19 g Z: 12.03 g P: 20.76 g S: 2.57 g B: 6.43 BE	Zitronenmousse Becher N: 24.94 kcal F: 0.13 g GF: 0.03 g C: 5.11 g Z: 0.51 g P: 0.14 g S: 0.04 g B: 0.43 BE
Freitag	Gedämpftes Kabeljaufilet auf Dillsauce mit Kartoffeln, Tomaten - Gurkensalat N: 282.55 kcal F: 6.05 g GF: 1.94 g C: 23.21 g Z: 4.47 g P: 32.51 g S: 0.57 g B: 1.93 BE	Gebackene Champignons mit Kartoffelspalten und Tomaten-Gurkensalat N: 343.52 kcal F: 16.29 g GF: 1.64 g C: 37.69 g Z: 18.59 g P: 10.22 g S: 0.07 g B: 3.10 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
Samstag	Möhreneintopf mit Rauchfleisch N: 133.51 kcal F: 0.91 g GF: 0.27 g C: 24.36 g Z: 14.87 g P: 6.19 g S: 0.45 g B: 2.01 BE	Bunter frischer Gemüse Eintopf mit 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	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
Sonntag	Schweinefilet Medaillons an Champignon -Rahm Sauce, Brokkoli-Röschen und Rosmarin Kartoffeln N: 677.37 kcal F: 37.85 g GF: 10.03 g C: 34.80 g Z: 8.79 g P: 48.92 g S: 1.15 g B: 2.88 BE	Kürbis-Lauch Quiche N: 551.33 kcal F: 32.70 g GF: 14.38 g C: 44.86 g Z: 19.35 g P: 19.23 g S: 0.86 g B: 3.74 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