

| KW 10      | Menü/Vollkost                                                                                                                                                                                           | Menü/Vegetarisches                                                                                                                                                                           | Dessert                                                                                                                                 |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Montag     | <b>Gebratene Geflügel Fleischwurst an Majoran<br/>Rahm Sauce dazu erlesenes Gemüse und<br/>Kartoffeln</b><br>N: 855.99 kcal F: 72.39 g GF: 24.16 g C: 32.15 g Z: 9.32 g P: 20.51 g S: 3.31 g B: 2.68 BE | <b>Vegetarische Bällchen in Kräuter Schmand Sauce<br/>dazu Mischgemüse und Salzkartoffeln</b><br>N: 508.04 kcal F: 34.47 g GF: 12.86 g C: 34.00 g Z: 11.35 g P: 15.37 g S: 0.60 g B: 2.83 BE | <b>Vanillepudding</b><br>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                         |
| Dienstag   | <b>Griechischer Nudelaufauf mit Rinderhack,<br/>Fetakäse in Bechamelsahnesauce</b><br>N: 487.83 kcal F: 23.01 g GF: 10.94 g C: 42.83 g Z: 4.75 g P: 27.00 g S: 0.88 g B: 3.57 BE                        | <b>Sellerieschnitzel mit Erbsen Kartoffelpüree,<br/>Limettenmayo und Blattsalat</b><br>N: 344.73 kcal F: 22.08 g GF: 7.73 g C: 27.26 g Z: 8.58 g P: 7.53 g S: 2.93 g B: 2.26 BE              | <b>Rote Grütze mit Vanillesoße</b><br>N: 128.82 kcal F: 1.70 g GF: 0.96 g C: 25.08 g Z: 11.47 g P: 1.48 g S: 0.04 g B: 2.09 BE          |
| Mittwoch   | <b>Kohlroulade mit Specksoße und Salzkartoffeln</b><br>N: 357.41 kcal F: 17.07 g GF: 7.02 g C: 29.73 g Z: 5.11 g P: 20.51 g S: 2.50 g B: 2.48 BE                                                        | <b>Gemüsestrudel mit Petersiliensauce</b><br>N: 420.58 kcal F: 31.28 g GF: 16.83 g C: 26.52 g Z: 4.65 g P: 8.67 g S: 0.37 g B: 2.21 BE                                                       | <b>Quarkspeise</b><br>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                            |
| Donnerstag | <b>Nürnberger Rostbratwürstchen auf Sauerkraut<br/>und Kartoffelpüree</b><br>N: 524.92 kcal F: 35.45 g GF: 15.41 g C: 24.68 g Z: 5.88 g P: 21.52 g S: 4.56 g B: 2.05 BE                                 | <b>Kartoffelaufauf mit Tomaten und Zucchini dazu<br/>Honig-Quark-Dip</b><br>N: 280.48 kcal F: 10.44 g GF: 6.45 g C: 31.35 g Z: 9.42 g P: 13.66 g S: 1.80 g B: 2.61 BE                        | <b>Karamel Pudding</b><br>N: 78.22 kcal F: 2.85 g GF: 1.87 g C: 10.29 g Z: 10.01 g P: 2.78 g S: 0.10 g B: 0.86 BE                       |
| Freitag    | <b>Fischfrikadelle mit Bratkartoffeln und Remoulade</b><br>N: 554.66 kcal F: 34.39 g GF: 5.08 g C: 42.32 g Z: 10.54 g P: 20.47 g S: 13.99 g B: 3.53 BE                                                  | <b>Gemüsespieß an Remoulade dazu Bratkartoffeln</b><br>N: 900.60 kcal F: 71.44 g GF: 16.71 g C: 53.78 g Z: 10.97 g P: 11.59 g S: 6.31 g B: 4.48 BE                                           | <b>Mandel-Panna-Cotta mit Mandelcrunch</b><br>N: 201.63 kcal F: 12.09 g GF: 5.71 g C: 18.73 g Z: 17.30 g P: 4.55 g S: 0.10 g B: 1.56 BE |
| Samstag    | <b>Linseneintopf mit Wiener Wurst</b><br>N: 739.84 kcal F: 31.29 g GF: 12.72 g C: 63.25 g Z: 4.52 g P: 41.95 g S: 8.77 g B: 5.27 BE                                                                     | <b>Beerensuppe mit Grießklöschchen</b><br>N: 307.33 kcal F: 2.61 g GF: 1.16 g C: 64.19 g Z: 56.29 g P: 3.52 g S: 0.12 g B: 5.35 BE                                                           | <b>Obst der Saison</b><br>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    | <b>Kalbsfrikasse mit Kartoffeln</b><br>N: 303.55 kcal F: 5.99 g GF: 3.53 g C: 22.87 g Z: 2.61 g P: 38.22 g S: 1.82 g B: 1.89 BE                                                                         | <b>Kürbis-Lauch Quiche</b><br>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                                                                    | <b>Eisbecher</b><br>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