

KW 18	Menü/Vollkost	Menü/Vegetarisches	Dessert
Montag	Herzhafte Kartoffelpuffer mit Apfelmus N: 197.52 kcal F: 5.89 g GF: 2.96 g C: 32.17 g Z: 19.18 g P: 3.11 g S: 0.54 g B: 2.68 BE	Backkäse gebacken an Blattsalat dazu Baguette N: 691.36 kcal F: 45.29 g GF: 17.26 g C: 43.30 g Z: 4.84 g P: 27.27 g S: 3.42 g B: 3.60 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	Bratwurst mit bayrisch Kraut, Salzkartoffeln und Senf N: 586.30 kcal F: 41.63 g GF: 16.29 g C: 29.86 g Z: 9.61 g P: 23.01 g S: 3.69 g B: 2.48 BE	Gefüllter Pfannkuchen mit Vanillesauce N: 476.76 kcal F: 17.53 g GF: 8.50 g C: 68.96 g Z: 40.27 g P: 10.16 g S: 0.50 g B: 5.75 BE	Fruchtquark N: 120.13 kcal F: 3.80 g GF: 2.50 g C: 15.00 g Z: 14.00 g P: 6.40 g S: 0.10 g B: 1.25 BE
Mittwoch	Geflügelleber an Apfel-Zwiebelsoße dazu Kartoffelstampf N: 290.98 kcal F: 16.23 g GF: 9.04 g C: 25.57 g Z: 6.87 g P: 10.28 g S: 0.99 g B: 2.14 BE	Gnocchi mit Spinatsoße N: 475.18 kcal F: 11.60 g GF: 5.72 g C: 79.49 g Z: 4.31 g P: 11.32 g S: 0.48 g B: 6.63 BE	Kokos-Zitronen-Panna-Cotta N: 242.50 kcal F: 20.49 g GF: 15.59 g C: 12.70 g Z: 12.16 g P: 2.06 g S: 0.04 g B: 1.06 BE
Donnerstag	Hamburger Gurken Fleisch (Schweinenacken) in Dill Schmand Sauce dazu Kartoffeln N: 466.03 kcal F: 29.83 g GF: 14.49 g C: 27.02 g Z: 5.19 g P: 21.87 g S: 1.43 g B: 2.25 BE	Vegetarischer Griechischer Nudelauflauf mit Fetakäse N: 507.67 kcal F: 19.77 g GF: 10.31 g C: 59.53 g Z: 4.20 g P: 22.00 g S: 1.55 g B: 4.96 BE	Pflaumenkompott mit Schlagsahne N: 175.04 kcal F: 8.37 g GF: 4.94 g C: 23.36 g Z: 20.46 g P: 1.49 g S: 0.04 g B: 1.94 BE
Freitag	Rotbarsch mit Kartoffelspecksalat und Dip N: 647.87 kcal F: 52.47 g GF: 13.39 g C: 17.28 g Z: 2.68 g P: 27.39 g S: 2.26 g B: 1.44 BE	Kürbis-Karottenaufbau an Kräuter-Schmandsauce N: 694.18 kcal F: 44.12 g GF: 21.06 g C: 51.79 g Z: 22.61 g P: 22.53 g S: 1.05 g B: 4.32 BE	Götterspeise mit Vanillesauce N: 296.49 kcal F: 5.50 g GF: 3.19 g C: 50.33 g Z: 50.12 g P: 6.73 g S: 0.67 g B: 4.19 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	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	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: 620.11 kcal F: 24.03 g GF: 10.06 g C: 41.22 g Z: 3.40 g P: 57.33 g S: 2.54 g B: 3.43 BE	Spätzle Gemüsepfanne (mit erlesenem Gemüse) dazu Strauchtomatensauce N: 1.25 kcal F: 0.09 g GF: 0.03 g C: 0.09 g Z: 0.02 g P: 0.03 g S: 0.00 g B: 0.01 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