

KW 38	Menü/Vollkost	Menü/Vegetarisches	Dessert
Montag	Gebratenes Schnitzel mit Kartoffelsalat N: 649.91 kcal F: 32.49 g GF: 3.46 g C: 57.80 g Z: 6.84 g P: 29.40 g S: 4.52 g B: 4.82 BE	Gemüsefrikadelle mit Kartoffelsalat N: 363.52 kcal F: 21.07 g GF: 1.74 g C: 35.47 g Z: 5.75 g P: 6.57 g S: 2.71 g B: 2.96 BE	Nuss Creme Pudding N: 139.29 kcal F: 3.76 g GF: 2.49 g C: 22.42 g Z: 13.36 g P: 3.56 g S: 0.18 g B: 1.87 BE
Dienstag	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	Zucchinicremesuppe N: 185.26 kcal F: 13.24 g GF: 7.63 g C: 11.49 g Z: 6.38 g P: 5.12 g S: 0.24 g B: 0.96 BE	Luftige Stratiatella-Creme N: 139.29 kcal F: 3.76 g GF: 2.49 g C: 22.42 g Z: 13.36 g P: 3.56 g S: 0.18 g B: 1.87 BE
Mittwoch	Kartoffel - Blumenkohl - Auflauf mit Schinkenstreifen N: 653.59 kcal F: 47.82 g GF: 21.83 g C: 29.99 g Z: 15.15 g P: 25.84 g S: 1.80 g B: 2.49 BE	Canneloni mit Spinat überbacken N: 307.78 kcal F: 14.25 g GF: 9.00 g C: 26.22 g Z: 4.42 g P: 17.81 g S: 3.88 g B: 2.19 BE	Gelbe Grütze mit Vanillesoße N: 128.76 kcal F: 1.70 g GF: 0.96 g C: 25.07 g Z: 11.45 g P: 1.48 g S: 0.04 g B: 2.09 BE
Donnerstag	Hackbraten in seiner Sauce Kohlrabi Erbsen in Butter dazu Salzkartoffeln N: 730.77 kcal F: 38.49 g GF: 19.93 g C: 63.79 g Z: 9.50 g P: 31.43 g S: 7.15 g B: 5.31 BE	Gefüllter Pfannkuchen mit Zimtsauce N: 603.60 kcal F: 22.16 g GF: 11.49 g C: 85.21 g Z: 56.49 g P: 14.56 g S: 0.67 g B: 7.10 BE	Kokos-Zitronen-Panna-Cotta N: 160.90 kcal F: 10.95 g GF: 8.75 g C: 13.07 g Z: 12.18 g P: 2.29 g S: 0.06 g B: 1.09 BE
Freitag	Gebratenes Fischfilet mit Bechamelkartoffeln dazu einen schmackhaften Tomatensalat N: 644.70 kcal F: 40.42 g GF: 8.80 g C: 32.19 g Z: 10.50 g P: 37.51 g S: 1.43 g B: 2.69 BE	gefüllte Zucchini an Bechamelkartoffeln dazu Tomatensalat N: 691.80 kcal F: 31.50 g GF: 10.89 g C: 69.00 g Z: 22.93 g P: 28.21 g S: 3.31 g B: 5.75 BE	Erdbeeren mit Sahne N: 27.89 kcal F: 0.94 g GF: 0.47 g C: 3.68 g Z: 3.53 g P: 0.70 g S: 0.01 g B: 0.31 BE
Samstag	Holsteiner Erbsensuppe mit Speck, Fleischeinlage, Würstchen und Suppengrün N: 386.64 kcal F: 15.34 g GF: 5.95 g C: 31.94 g Z: 8.19 g P: 29.27 g S: 2.02 g B: 2.66 BE	Kaiserschmarrn mit Vanillesauce N: 334.79 kcal F: 10.03 g GF: 5.09 g C: 48.33 g Z: 21.84 g P: 11.69 g S: 0.29 g B: 4.03 BE	Fruchtjoghurt N: 109.86 kcal F: 3.75 g GF: 2.50 g C: 13.13 g Z: 12.75 g P: 4.63 g S: 0.16 g B: 1.10 BE
Sonntag	Geschmorte Kohlroulade mit Speck Kohlsauce dazu Petersilienkartoffeln N: 423.18 kcal F: 21.93 g GF: 8.67 g C: 30.89 g Z: 7.68 g P: 25.09 g S: 1.49 g B: 2.58 BE	Kohlrabi Kräuter Medaillon dazu Rahmgemüse und Kartoffeln N: 463.41 kcal F: 15.99 g GF: 3.84 g C: 64.26 g Z: 7.19 g P: 13.41 g S: 2.89 g B: 5.35 BE	Eisbecher N: 70.22 kcal F: 3.15 g GF: 2.80 g C: 9.80 g Z: 9.10 g P: 1.05 g S: 0.06 g B: 0.82 BE

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