

KW 23	Menü/Vollkost	Menü/Vegetarisches	Dessert
Montag	<b>Hähnchenbrust in Backteig an Tomaten-Paprikasauce dazu Nudeln</b> N: 647.96 kcal F: 36.94 g GF: 5.55 g C: 50.50 g Z: 10.01 g P: 28.47 g S: 0.36 g B: 4.21 BE	<b>Gemüse Nudelpfanne</b> N: 656.63 kcal F: 46.24 g GF: 21.29 g C: 36.41 g Z: 14.67 g P: 24.18 g S: 1.34 g B: 3.03 BE	<b>Vanillepudding mit Schokoladensauce</b> N: 221.46 kcal F: 4.78 g GF: 2.94 g C: 39.29 g Z: 25.13 g P: 4.62 g S: 0.29 g B: 3.28 BE
Dienstag	<b>Hackbällchen in Gemüserahm dazu Kartoffeln</b> N: 897.04 kcal F: 57.62 g GF: 26.50 g C: 64.59 g Z: 11.70 g P: 30.21 g S: 5.88 g B: 5.38 BE	<b>Eierragout mit Erbsen, Spargel und Wurzeln</b> N: 241.93 kcal F: 12.85 g GF: 5.35 g C: 15.72 g Z: 8.38 g P: 15.81 g S: 3.43 g B: 1.31 BE	<b>Cappuchino-Creme</b> N: 157.49 kcal F: 8.09 g GF: 5.17 g C: 16.37 g Z: 6.73 g P: 4.62 g S: 0.23 g B: 1.37 BE
Mittwoch	<b>Szegediner Gulasch (Schweinegulasch mit Sauerkraut)</b> N: 288.80 kcal F: 21.63 g GF: 8.55 g C: 0.15 g Z: 0.15 g P: 23.66 g S: 0.34 g B: 0.01 BE	<b>Chef Salat mit American Dressing Ei und Käsestreifen dazu Baguette</b> N: 535.26 kcal F: 44.90 g GF: 8.06 g C: 18.30 g Z: 6.08 g P: 14.90 g S: 2.75 g B: 1.53 BE	<b>Pflaumenkompott mit Schlagsahne</b> 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
Donnerstag	<b>Geschmorte Kohlroulade mit Speck Kohlsauce dazu Petersilienkartoffeln</b> 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	<b>Pfannkuchen gefüllt mit Käse, Spinat an Selleriepüree</b> N: 524.56 kcal F: 27.85 g GF: 12.95 g C: 46.79 g Z: 7.76 g P: 21.19 g S: 5.09 g B: 3.89 BE	<b>Zitronen Pudding</b> N: 151.81 kcal F: 3.64 g GF: 2.41 g C: 25.88 g Z: 16.68 g P: 3.44 g S: 0.19 g B: 2.16 BE
Freitag	<b>Gebratenes Fischfilet in Eihülle mit Rahmgemüse und Stampfkartoffeln</b> N: 884.29 kcal F: 58.18 g GF: 19.55 g C: 51.40 g Z: 20.37 g P: 38.64 g S: 6.00 g B: 4.28 BE	<b>Gemüsegulasch</b> N: 205.68 kcal F: 15.62 g GF: 4.08 g C: 12.54 g Z: 11.48 g P: 3.90 g S: 0.22 g B: 1.03 BE	<b>Fruchtwucht</b> N: 83.83 kcal F: 0.10 g GF: 0.10 g C: 19.30 g Z: 14.30 g P: 0.20 g S: 0.01 g B: 1.61 BE
Samstag	<b>Dreierlei Rüben Kartoffel Eintopf mit Kasselerbauch und Kräutern verfeinert</b> N: 226.43 kcal F: 10.10 g GF: 5.14 g C: 15.55 g Z: 11.27 g P: 17.90 g S: 4.45 g B: 1.28 BE	<b>Grießbrei mit Aprikosen und Zimtucker</b> N: 642.91 kcal F: 18.18 g GF: 11.01 g C: 96.78 g Z: 72.27 g P: 14.20 g S: 0.35 g B: 8.06 BE	<b>Obst der Saison</b> N: 161.21 kcal F: 0.32 g GF: 0.10 g C: 36.05 g Z: 31.08 g P: 2.07 g S: 0.01 g B: 3.01 BE
Sonntag	<b>Nackenbraten an Rahmsoße dazu Rosenkohl und Kartoffeln</b> N: 571.92 kcal F: 33.91 g GF: 15.98 g C: 32.95 g Z: 10.16 g P: 33.16 g S: 1.59 g B: 2.74 BE	<b>Blumenkohl polnisch, Salzkartoffeln, Hollandaise</b> N: 1093.83 kcal F: 74.68 g GF: 47.21 g C: 80.85 g Z: 11.06 g P: 22.17 g S: 11.41 g B: 6.74 BE	<b>Eisbecher</b> 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