



Speiseplan vom 16.11. - 20.11.2020

| | Zwischenmahlzeit 1 | Zwischenmahlzeit 2 | Mittags-Menü 1 | Mittags-Menü 2 | Mittags-Menü 3 | Mittags-Menü XXL | Vesper |
|-------------------|--------------------|--------------------|--|--|--|--|---|
| Montag | | | Kohlroulade A ,A1, Krautsauce A ,A1, Petersilienkartoffeln 1., Salatangebot A ,A1,C,G,J, Apfel-Erdbeermus 1. | Rinderstreifen " Art Stroganoff" A ,A1,G, Spätzle A ,A1,C,G, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Apfel-Erdbeermus 1. | Schupfnudel-Kraut-Pfanne A ,A1,C, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Apfel-Erdbeermus 1. | Kohlroulade XXL A ,A1, Krautsauce A ,A1, Petersilienkartoffeln 1., Salatangebot A ,A1,C,G,J, Apfel-Erdbeermus 1. | Fitnessbrötchen mit Obstbelag A ,A1,A3,G, Schoko-Milch G |
| | | | 697 kcal Ew. 20.44 g Kh. 56.00 g Fett 41.72 g | 534 kcal Ew. 31.30 g Kh. 51.00 g Fett 16.25 g | 456 kcal Ew. 10.50 g Kh. 60.00 g Fett 14.50 g | 1013 kcal Ew. 38.36 g Kh. 65.52 g Fett 66.72 g | 474 kcal Ew. 16.00 g Kh. 55.80 g |
| Dienstag | | | Gebratene Jagdwurstscheibe, Tomaten-Paprika-Sauce, Spirelli-Nudeln A ,A1,C, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Banane | Rinderbraten, Bratensauce A ,A1, Rotkohl Gemüse, Kartoffelklöße A ,A1,A2, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Banane | Vegetarisches Curry mit Tofu F,G,I, mit rotem Reis, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Banane | Gebratene Jagdwurstscheibe, Tomaten-Paprika-Sauce, Spirelli-Nudeln A ,A1,C | Roggenmischbrot- Sandwich A ,A1,A2,C, Butter G, 1 gekochtes Ei C, 1 Schb. Grünländer Käse G, stilles Wasser |
| | | | 757 kcal Ew. 29.04 g Kh. 85.45 g Fett 31.88 g | 664 kcal Ew. 38.77 g Kh. 89.20 g Fett 20.22 g | 723 kcal Ew. 26.76 g Kh. 91.91 g Fett 14.05 g | 853 kcal Ew. 42.56 g Kh. 57.58 g Fett 49.76 g | 437 kcal Ew. 24.90 g Kh. 39.40 g |
| Mittwoch | | | Hähnchenbrust mit Pfirische und Käse übe, Geflügelsauce A ,A1, Bio- Langkorn-Reis, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Naturjoghurt G | Gebratene Kalbsleber, Apfel-Zwiebel-Sauce, Kartoffelpüree G,L,2.,3., Salatangebot A ,A1,C,G,J, Naturjoghurt G | Vegetarische Linsen- Bolognese, Vollkorn- Spaghetti A ,A1, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Naturjoghurt G | Hähnchenbrust mit Pflirsich und Käse übe, Geflügelsauce A ,A1, Bio- Langkorn-Reis, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Naturjoghurt G | Trinkmüsli mit Schmelzflocken/Obst, Hohes C Multivitaminsaft |
| | | | 567 kcal Ew. 78.62 g Kh. 221.46 g Fett 96.55 g | 687 kcal Ew. 47.44 g Kh. 65.68 g Fett 25.24 g | 794 kcal Ew. 29.30 g Kh. 100.20 g Fett 9.70 g | 773 kcal Ew. 108.02 g Kh. 230.14 g Fett 102.29 g | 439 kcal Ew. 12.23 g Kh. 82.48 g |
| Donnerstag | | | Weißkohleintopf mit Rindfleisch, Kartoffelbrot A ,A1,A2, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Götterspeise 3. | Rotbarschfilet in der Eihülle A ,A1,D, Möhrengemüse A ,A1,G, Basmatireis, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Götterspeise 3. | Gnocchi-Rosenkohl- Pfanne, mit Walnüssen H, und Gorgonzola G, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Götterspeise 3. | Rotbarschfilet in der Eihülle A ,A1,D, Möhrengemüse A ,A1,G, Basmatireis, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Götterspeise 3. | Milchreis C,G, Heidelbeergrütze A ,A1, Bio-Apfelsaft |
| | | | 752 kcal Ew. 4.95 g Kh. 45.10 g Fett 6.77 g | 725 kcal Ew. 44.50 g Kh. 91.77 g Fett 18.58 g | 797 kcal Ew. 29.40 g Kh. 84.76 g Fett 36.60 g | 948 kcal Ew. 79.96 g Kh. 92.38 g Fett 26.53 g | 298 kcal Ew. 6.05 g Kh. 55.90 g Fett 4.60 g |
| Freitag | | | Szegediner Gulasch A ,A1, Petersilienkartoffeln 1., Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J, Bio- Birne | Welsfilet unter der Kart.- Kruste A ,A1,C, Kressesauce A ,A1,G, Broccoligemüse G, Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J, Bio- Birne | Vegetarische Paprikaschote A ,A1,C,F,I,J, Tomatensauce A ,I, Petersilienkartoffeln 1., Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J, Bio- Birne | Welsfilet unter der Kart.- Kruste, Kressesauce A ,A1,G, Broccoligemüse G, Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J, Bio-Birne | Vegetarischer Hot Dog, Vanille-Milch G,3. |
| | | | 608 kcal Ew. 31.79 g Kh. 59.21 g Fett 28.46 g | 575 kcal Ew. 44.02 g Kh. 42.25 g Fett 29.81 g | 490 kcal Ew. 21.72 g Kh. 51.65 g Fett 17.97 g | 860 kcal Ew. 78.07 g Kh. 55.10 g Fett 40.71 g | 534 kcal Ew. 21.48 g Kh. 61.76 g |