




























Speiseplan vom 28.06. - 04.07.2021

| | Zwischenmahlzeit 1 | Zwischenmahlzeit 2 | Mittags-Menü 1 | Mittags-Menü 2 | Mittags-Menü 3 | Mittags-Menü XXL | Vesper |
|-------------------|--------------------|--------------------|--|---|--|--|---|
| Montag | | | Vollkorn-Spaghetti A ,A1, Sauce Bolognese A ,A1,I, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Bio-Birne 564 kcal Kh. 87.80 g  Ew. 20.00 g Fett 17.90 g | Kibbeling -Fischfilet im Backteig- A ,C,D,G,I, Erbsengemüse, Butterkartoffeln G, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Bio-Birne 635 kcal  Ew. 31.21 g Kh. 78.49 g Fett 22.62 g | Scharfer Ananasgulasch mit Gemüse A ,E,H,K, Glasnudeln, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Bio-Birne 644 kcal  Ew. 13.81 g Kh. 63.81 g Fett 13.90 g | Kibbeling - Fisch im Backteig- XXL A ,A1,C,D,G, Erbsengemüse, Butterkartoffeln G, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Bio-Birne 845 kcal  Ew. 52.21 g Kh. 93.49 g Fett 29.22 g | Erdbeer-Bananen-- Smoothi F,G, Corny-Big-Riegel Schoko-Banane A ,E,G 305 kcal  Ew. 3.60 g Kh. 53.40 g Fett 8.15 g |
| Dienstag | | | Gedünstetes Hoki-Filet D, Zitronensauce, Gemüsestroh, Bio-Langkorn-Reis, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Heidelbeer-Holunder-Quark G 588 kcal  Ew. 77.21 g Kh. 229.30 g Fett 206.33 g | Rinderroulade C,I,J, Bratensauce A ,A1, Marktgemüse, Petersilienkartoffeln 1., Salatangebot A ,A1,C,G,J, Heidelbeer-Holunder-Quark G 520 kcal  Ew. 45.22 g Kh. 52.63 g Fett 124.30 g | Vegetarische Spätzlepfanne A ,A1,C, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Heidelbeer-Holunder-Quark G 646 kcal  Ew. 33.63 g Kh. 103.73 g Fett 117.65 g | Rinderroulade XXL I, Bratensauce A ,A1, Marktgemüse, Petersilienkartoffeln 1., Salatangebot A ,A1,C,G,J, Heidelbeer-Holunder-Quark G 758 kcal  Ew. 67.22 g Kh. 62.63 g Fett 136.30 g | Italienischer Nudelsalat mit Gemüse A ,A1,I, Schoko-Milch G 386 kcal  Ew. 9.40 g Kh. 32.20 g Fett 15.68 g |
| Mittwoch | | | Hähnchenroulade "Florentin" 1., Geflügelsauce A ,A1, Erbsen-Fingermöhren-Gemüse, Kartoffelpüree G,L,2.,3., Salatangebot A ,A1,C,G,J, Bio Apfel 843 kcal  Ew. 38.59 g Kh. 86.74 g Fett 38.84 g | Matjesfilet D, Joghurt-Zwiebel-Apfel-Sauce A ,A1,C,G,J,3.,4., Kartoffeln, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Bio Apfel 898 kcal  Ew. 28.45 g Kh. 59.20 g Fett 59.10 g | Vegetarische Paprikaschote A ,A1,C,F,I,J, Tomatensauce A ,I, Vollkornreis, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Bio Apfel 694 kcal  Ew. 20.57 g Kh. 106.45 g Fett 20.19 g | Hähnchenroulade "Florentin" A ,A1, Erbsen-Fingermöhren-Gemüse, Kartoffelpüree G,L,2.,3., Salatangebot A ,A1,C,G,J 960 kcal  Ew. 62.87 g Kh. 54.88 g Fett 54.77 g | Roggenmischbrot A ,A1,A2,A3,K, Edamer G, Butter G, Gurkenscheiben, Tomatenscheiben, Bio-Apfelsaft 327 kcal  Ew. 11.80 g Kh. 52.80 g Fett 9.15 g |
| Donnerstag | | | Schweinekotelett, Bratensauce A ,A1, Möhrengemüse A ,A1,G, Kartoffeln, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Naturjoghurt G 574 kcal  Ew. 51.96 g Kh. 47.18 g Fett 24.62 g | Fischstäbchen A ,A1,D, Möhrengemüse A ,A1,G, Kartoffelpüree G,L,2.,3., Salatangebot A ,A1,C,G,J, Naturjoghurt G 774 kcal  Ew. 32.60 g Kh. 75.11 g Fett 36.75 g | Möhreneintopf mit Kartoffeln G,I, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Naturjoghurt G 558 kcal  Ew. 32.90 g Kh. 30.90 g Fett 16.90 g | Schweinekotelett, Bratensauce A ,A1, Möhrengemüse A ,A1,G, Kartoffeln, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Naturjoghurt G 824 kcal  Ew. 91.56 g Kh. 47.18 g Fett 34.34 g | Porridge G, Waldbeerenfrüchte, Hohes C Multivitaminsoft 248 kcal  Ew. 6.25 g Kh. 42.50 g Fett 7.25 g |
| Freitag | | | Hackfleischrolle mit Fetakäse gefüllt A ,C,F,G, Bratensauce A ,A1, Blumenkohlgemüse, Paprika-Kartoffeln, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Strudelpudding G,3. 803 kcal  Ew. 28.57 g Kh. 76.27 g Fett 48.63 g | Zwei Eier C, in Senf-Gemüse-Sauce G,J, Petersilienkartoffeln 1., Salatangebot A ,A1,C,G,J, Strudelpudding G,3. 651 kcal  Ew. 28.69 g Kh. 61.10 g Fett 28.86 g | Vegetarische Currywürstchen A ,A1,C,G, Currysauce A ,A1,G, Kartoffelsalat mit Joghurt G,1.,2., Salatangebot A ,A1,C,G,J, Strudelpudding G,3. 906 kcal  Ew. 26.16 g Kh. 72.19 g Fett 54.62 g | Hackfleischrolle gefüllt mit Fetakäse A ,A1,C,F,G, Bratensauce A ,A1, Blumenkohlgemüse, Paprika-Kartoffeln, Salatangebot A ,A1,C,G,J, Strudelpudding G,3. 1154 kcal  Ew. 41.79 g Kh. 90.07 g Fett 75.65 g | Donut A ,A1,E,F, Vanille-Milch G,3. 364 kcal  Ew. 9.75 g Kh. 39.60 g Fett 18.60 g |
| Samstag | | | | | | | |
| Sonntag | | | | | | | |