
























# Speiseplan vom 23.08. - 29.08.2021

	Zwischenmahlzeit 1	Zwischenmahlzeit 2	Mittags-Menü 1	Mittags-Menü 2	Mittags-Menü 3	Mittags-Menü XXL	Vesper
<b>Montag</b>			Gebratenes Lachsfilet <small>A,A1,D,</small> Spinat-Sahne-Sauce <small>A,A1,G,</small> Bio-Vollkorn-Penne <small>A,A1,A2,A3,C,</small> Salatangebot <small>A,A1,C,G,J</small>  760 kcal  Ew. 44.60 g Kh. 59.80 g Fett 38.50 g	Verpflegungsbeutel für Mittagsmahlzeit (Abholung zwischen 6:00-10:00)	Bio-Vollkorn-Penne <small>A,A1,A2,A3,C,</small> Spinat-Sahne-Sauce <small>A,A1,G,</small> Gebratener Tofu <small>F,</small> Salatangebot <small>A,A1,C,G,J</small>  691 kcal  Ew. 35.90 g Kh. 59.05 g Fett 34.00 g	Gebratenes Lachsfilet <small>D,</small> Spinat-Sahne-Sauce <small>A,A1,G,</small> Bio-Vollkorn-Penne <small>A,A1,A2,A3,C,</small> Salatangebot <small>A,A1,C,G,J</small>  1015 kcal  Ew. 74.60 g Kh. 61.30 g Fett 53.50 g	
<b>Dienstag</b>			Rumpsteak "Strindberg" <small>A,A1,C,G,</small> Bratensauce <small>A,A1,</small> gekräuterte Champignonköpfe <small>G,</small> Süß-Kartoffel-Pommes, Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  1083 kcal  Ew. 72.16 g Kh. 64.12 g Fett 68.10 g	Verpflegungsbeutel für Mittagsmahlzeit (Abholung zwischen 6:00-10:00)	Vegetarisches Würstchen <small>A,A1,C,F,</small> Bunter Kartoffelsalat <small>C,G,I,</small> Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  429 kcal  Ew. 17.50 g Kh. 31.10 g Fett 25.50 g	Rumpsteak " Strindberg" <small>A,A1,C,G,</small> Bratensauce <small>A,A1,</small> gekräuterte Champignonköpfe <small>G,</small> Süß-Kartoffel-Pommes, Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  1491 kcal  Ew. 128.16 g Kh. 74.12 g Fett 84.10 g	
<b>Mittwoch</b>			Hausgemachte Cevapcici, Tzatziki <small>G,</small> Djuvec-Reis, Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  806 kcal  Ew. 33.66 g Kh. 34.12 g Fett 58.12 g	Verpflegungsbeutel für Mittagsmahlzeit (Abholung zwischen 6:00-10:00)	Spanische Tortilla mit gebr. Fetakäse <small>A,A1,C,G,</small> Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  954 kcal  Ew. 23.90 g Kh. 188.40 g Fett 16.00 g	Hausgemachte Cevapcici, Tzatziki <small>G,</small> Djuvec-Reis, Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  1317 kcal  Ew. 62.46 g Kh. 35.92 g Fett 101.32 g	
<b>Donnerstag</b>			Gefüllte Paprikaschote <small>A,</small> Tomatensauce <small>A,I,</small> Vollkorn-Spaghetti <small>A,A1,</small> Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  647 kcal  Ew. 29.12 g Kh. 77.25 g Fett 23.65 g	Verpflegungsbeutel für Mittagsmahlzeit (Abholung zwischen 6:00-10:00)	Vegetarische Paprikaschote <small>A,A1,C,F,I,J,</small> Tomatensauce <small>A,I,</small> Vollkorn-Spaghetti <small>A,A1,</small> Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  623 kcal  Ew. 24.52 g Kh. 84.45 g Fett 18.85 g	Gefüllte Paprikaschote, Tomatensauce <small>A,I,</small> Vollkorn-Spaghetti <small>A,A1,</small> Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  861 kcal  Ew. 44.72 g Kh. 85.05 g Fett 36.65 g	
<b>Freitag</b>			Geschnetzeltes vom Rind <small>A,A1,G,</small> Risi Bisi, Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  473 kcal  Ew. 30.10 g Kh. 89.00 g Fett 21.50 g	Verpflegungsbeutel für Mittagsmahlzeit (Abholung zwischen 6:00-10:00)	Vegetarisches Schnitzel <small>A,A1,E,G,J,</small> Kräuterbutter <small>G,</small> grünes Bohnengemüse, Reis, Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  732 kcal  Ew. 25.77 g Kh. 78.17 g Fett 33.70 g	Geschnetzeltes vom Rind <small>A,A1,G,</small> Risi Bisi, Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  668 kcal  Ew. 45.10 g Kh. 92.00 g Fett 35.00 g	
<b>Samstag</b>			Currywursttopf in feiner Sauce, Baquette <small>A,A1,</small> Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  961 kcal  Ew. 35.86 g Kh. 62.70 g Fett 61.70 g	Verpflegungsbeutel für Mittagsmahlzeit (Abholung zwischen 6:00-10:00)	Vegetarische Currywurst in feiner Sauce <small>A,A1,C,G,</small> Baquette <small>A,A1,</small> Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  663 kcal  Ew. 28.06 g Kh. 56.10 g Fett 26.10 g	Currywursttopf in feiner Sauce <small>I,J,</small> Baquette <small>A,A1,</small> Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  1682 kcal  Ew. 64.46 g Kh. 89.10 g Fett 116.70 g	
<b>Sonntag</b>			Putenbraten mit Paprikasauce, Schupfnudeln <small>A,A1,C,</small> Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  743 kcal  Ew. 42.30 g Kh. 69.80 g Fett 32.00 g		Veg. gefüllter Kohlrabi <small>C,G,</small> Paprikasauce <small>G,</small> Schupfnudeln <small>A,A1,C,</small> Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  533 kcal  Ew. 12.90 g Kh. 80.74 g Fett 16.88 g	Putenbraten mit Paprikasauce, Schupfnudeln <small>A,A1,C,</small> Salatangebot <small>A,A1,C,G,J,</small> Dessert oder Obst  1114 kcal  Ew. 76.50 g Kh. 71.60 g Fett 57.20 g	