

KW 4	Menü 1	Menü 2	Dessert	Kuchen
Montag	gebratene Hähnchenbrust mit Sauce, Kohlrabi und Kartoffeln ♣ † ∞ † g a g1 N: 510.82 kcal F: 19.67 g GF: 6.31 g C: 45.71 g Z: 9.11 g P: 36.74 g S: 5.19 g B: 3.80 BE	Gemüse-Reispfanne mit Kräutersauce ∇ † g g1 N: 331.02 kcal F: 15.35 g GF: 4.43 g C: 41.47 g Z: 5.29 g P: 6.37 g S: 6.19 g B: 3.46 BE	Quark im Becher ∇ † † g g1 N: 81.20 kcal F: 0.57 g GF: 0.35 g C: 13.67 g Z: 13.25 g P: 4.80 g S: 0.05 g B: 1.14 BE	Kekse ∇ c a a1 N: 99.98 kcal F: 5.07 g GF: 3.13 g C: 12.08 g Z: 5.19 g P: 1.25 g S: 0.03 g B: 1.01 BE
Dienstag	Königsberger Klopse mit Kapernsauce und Kartoffeln dazu Rote Beete ∇ † c g a g1 a1 N: 315.26 kcal F: 15.15 g GF: 7.77 g C: 28.42 g Z: 7.68 g P: 14.78 g S: 3.83 g B: 2.36 BE	Arme Ritter mit Vanillesauce ∇ † c g a g1 a1 N: 512.63 kcal F: 16.99 g GF: 3.96 g C: 72.53 g Z: 24.58 g P: 16.23 g S: 0.98 g B: 6.04 BE	Eis im Becher ∇ † † t g g1 N: 132.79 kcal F: 5.21 g GF: 2.71 g C: 18.68 g Z: 17.92 g P: 2.63 g S: 0.08 g B: 1.56 BE	selbstgebackener Rosinenkuchen ∇ † c z g a g1 N: 255.71 kcal F: 12.76 g GF: 1.63 g C: 30.31 g Z: 12.03 g P: 4.39 g S: 0.05 g B: 2.53 BE
Mittwoch	Soljanka mit saurer Sahne und Brot † ∞ † 5 g a g1 a1 N: 502.82 kcal F: 28.80 g GF: 13.42 g C: 34.45 g Z: 12.83 g P: 26.31 g S: 3.33 g B: 2.87 BE	Kartoffel-Blumenkohl-Auflauf mit Bechamelsauce ∇ † c g a g1 a1 N: 425.50 kcal F: 23.60 g GF: 12.36 g C: 32.97 g Z: 8.43 g P: 19.68 g S: 0.79 g B: 2.75 BE	selbstgekochte Götterspeise mit Vanillesauce † g g1 N: 156.63 kcal F: 1.02 g GF: 0.67 g C: 32.19 g Z: 29.05 g P: 4.07 g S: 0.10 g B: 2.68 BE	Kirschstreusel-Kuchen ∇ † c g a g1 a1 N: 256.05 kcal F: 9.72 g GF: 6.11 g C: 37.81 g Z: 12.95 g P: 4.08 g S: 0.02 g B: 3.15 BE
Donnerstag	Hack-Kohlpfanne in brauner Sauce dazu Kartoffeln ∇ ∞ † a N: 480.43 kcal F: 25.34 g GF: 8.60 g C: 33.71 g Z: 6.26 g P: 28.92 g S: 6.08 g B: 2.80 BE	Gemüse in Backteig mit Kräuterdip und Kartoffelpüree ∇ † c g a g1 N: 630.22 kcal F: 36.72 g GF: 14.17 g C: 48.70 g Z: 13.29 g P: 25.66 g S: 5.70 g B: 4.05 BE	Dessert im Becher ∇ † † g g1 N: 119.30 kcal F: 1.98 g GF: 1.15 g C: 22.69 g Z: 13.33 g P: 2.09 g S: 0.14 g B: 1.89 BE	Straciatellakastenkuchen ∇ † c g a g1 a1 N: 189.43 kcal F: 8.11 g GF: 4.70 g C: 25.27 g Z: 16.04 g P: 3.42 g S: 0.06 g B: 2.11 BE
Freitag	gedünstetes Tilapiafilet mit Dillsauce, Möhren und Kartoffeln † z g d a g1 a1 N: 410.28 kcal F: 14.80 g GF: 7.33 g C: 30.20 g Z: 11.37 g P: 37.95 g S: 7.90 g B: 2.50 BE	Kirschmichel mit Vanillesauce ∇ † c g a g1 a1 N: 695.37 kcal F: 9.54 g GF: 3.14 g C: 120.66 g Z: 64.59 g P: 29.10 g S: 0.73 g B: 10.06 BE	Banane ∇ ∞ N: 89.56 kcal F: 0.18 g GF: 0.06 g C: 20.03 g Z: 17.27 g P: 1.15 g S: 0.00 g B: 1.67 BE	Waffel ∇ † c g a g1 a1 N: 278.36 kcal F: 20.52 g GF: 12.35 g C: 20.81 g Z: 7.80 g P: 3.08 g S: 0.07 g B: 1.73 BE
Samstag	Hühner-Nudeleintopf mit Gemüse ♣ 2 a N: 309.91 kcal F: 17.83 g GF: 5.91 g C: 10.06 g Z: 0.65 g P: 27.37 g S: 6.29 g B: 0.84 BE	Brokkolicremesuppe ∇ † 2 g a g1 N: 258.68 kcal F: 15.25 g GF: 6.39 g C: 22.49 g Z: 13.81 g P: 7.96 g S: 11.12 g B: 1.87 BE	gekochter Vanillepudding mit Schokoladensauce ∇ † g g1 N: 241.87 kcal F: 7.67 g GF: 5.15 g C: 34.63 g Z: 19.08 g P: 7.58 g S: 0.30 g B: 2.89 BE	selbstgebackener Nusskuchen ∇ † h 2 c t g a g1 N: 351.40 kcal F: 22.40 g GF: 2.45 g C: 31.00 g Z: 12.73 g P: 6.77 g S: 0.05 g B: 2.58 BE
Sonntag	Putenbraten mit Sauce, Sommergemüse und Kartoffeln ♣ † † † g a g1 N: 497.36 kcal F: 20.98 g GF: 6.72 g C: 37.59 g Z: 11.68 g P: 38.72 g S: 3.24 g B: 3.11 BE	Putenbraten mit Sauce, Möhren und Kartoffeln ♣ † † † g a g1 N: 497.36 kcal F: 20.98 g GF: 6.72 g C: 37.59 g Z: 11.68 g P: 38.72 g S: 3.24 g B: 3.11 BE	Eis im Becher ∇ † † t g g1 N: 132.79 kcal F: 5.21 g GF: 2.71 g C: 18.68 g Z: 17.92 g P: 2.63 g S: 0.08 g B: 1.56 BE	Käse-Sahneschnitte ∇ † g a g1 a1 N: 314.31 kcal F: 15.81 g GF: 4.06 g C: 36.84 g Z: 25.14 g P: 5.67 g S: 0.05 g B: 3.07 BE

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

Allergene Inhaltsstoffe

- a Gluten
- c Eier
- g Milch und Milcherzeugnisse
- h2 Haselnuss
- z Zitrusfrucht

- a1 Weizen
- d Fisch
- g1 Milcheiweiß
- t Schalenfrucht

Zusatzstoffe

- 1 mit Farbstoff
- 2 mit Konservierungsstoffen
- 15 Nitrat/Nitrit

Eigenschaften

- ♣ Geflügel
- ∇ Rindfleisch
- ∞ Vegan
- † Laktose
- ∞ Schweinefleisch
- ∇ Vegetarisch

Änderungen vorbehalten