

KW 40	Menü 1	Menü 2	Dessert	Kuchen
Montag	Hack-Kohlpfanne in brauner Sauce dazu Kartoffeln ψ ω 1 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	Kartoffel-Zucchini-puffer mit Kräuterdip ▽ j c g a g 1 a 1 N: 429.96 kcal F: 27.61 g GF: 10.01 g C: 27.62 g Z: 7.06 g P: 16.98 g S: 0.37 g B: 2.29 BE	Fruchtquark ▽ j g g 1 N: 168.80 kcal F: 3.46 g GF: 2.05 g C: 19.22 g Z: 19.22 g P: 13.93 g S: 0.11 g B: 1.61 BE	Kekse ▽ c a a 1 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	Hähnchenschenkel mit bunten Nudelsalat ♣ j c g a g 1 a 1 N: 721.50 kcal F: 47.62 g GF: 11.79 g C: 36.48 g Z: 2.41 g P: 37.52 g S: 1.54 g B: 3.03 BE	Süße Schupfnudeln mit Äpfeln und Rosinen dazu Zimtsauce ▽ j c g a g 1 a 1 N: 536.51 kcal F: 11.66 g GF: 7.15 g C: 100.96 g Z: 75.27 g P: 5.24 g S: 0.29 g B: 8.41 BE	Eis im Becher ▽ j 1 t g g 1 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 Schokoladenkuchen ▽ j c g a g 1 a 1 N: 289.47 kcal F: 12.40 g GF: 6.73 g C: 38.56 g Z: 20.10 g P: 5.14 g S: 0.10 g B: 3.22 BE
Mittwoch	Currywurst mit Currysauce und Kroketten ω 15 g N: 693.38 kcal F: 38.10 g GF: 18.28 g C: 55.99 g Z: 28.10 g P: 27.83 g S: 2.26 g B: 4.68 BE	Blumenkohl "polnische Art" mit Bechamelsauce und Kartoffeln ▽ j c g a g 1 a 1 N: 489.81 kcal F: 20.77 g GF: 10.98 g C: 56.45 g Z: 8.97 g P: 18.27 g S: 3.78 g B: 4.71 BE	gekochter Vanillepudding mit Schokoladensauce ▽ j g g 1 N: 241.87 kcal F: 7.87 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	Russischer Zupfkuchen ▽ j c g a g 1 a 1 N: 146.36 kcal F: 6.57 g GF: 3.88 g C: 14.93 g Z: 9.04 g P: 6.58 g S: 0.07 g B: 1.24 BE
Donnerstag	Bratwurstbrezel mit Senf und Kartoffel-Specksalat ω 15 j N: 524.85 kcal F: 39.43 g GF: 14.03 g C: 20.09 g Z: 2.38 g P: 22.64 g S: 3.17 g B: 1.67 BE	Apfelküchle mit Vanillesoße ▽ j c g a g 1 a 1 N: 182.99 kcal F: 4.45 g GF: 2.53 g C: 30.43 g Z: 22.25 g P: 4.50 g S: 0.16 g B: 2.54 BE	Dessert im Becher ▽ j 1 g g 1 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	Erdbeerrolle ▽ j c g a g 1 a 1 N: 234.01 kcal F: 11.40 g GF: 6.85 g C: 29.19 g Z: 18.13 g P: 3.54 g S: 0.13 g B: 2.43 BE
Freitag	Matjes mit Hausfrauensauce und Kartoffeln j g d g 1 N: 362.43 kcal F: 26.39 g GF: 12.13 g C: 20.45 g Z: 5.82 g P: 10.58 g S: 3.98 g B: 1.70 BE	Gemüselasagne mit Bechamelsauce ▽ j g a g 1 a 1 N: 464.91 kcal F: 21.68 g GF: 9.76 g C: 45.79 g Z: 8.19 g P: 21.18 g S: 5.74 g B: 3.81 BE	Fruchtcocktail ▽ ∞ N: 57.20 kcal F: 0.04 g GF: 0.00 g C: 13.64 g Z: 4.85 g P: 0.26 g S: 0.00 g B: 1.14 BE	Selbstgebackener Mandarinkuchen ▽ j c g a g 1 N: 270.90 kcal F: 12.84 g GF: 1.65 g C: 34.12 g Z: 15.36 g P: 4.62 g S: 0.05 g B: 2.85 BE
Samstag	Tomatencremesuppe mit Nudeln und Hackbällchen ψ j ω c g a g 1 a 1 N: 412.14 kcal F: 26.40 g GF: 11.67 g C: 27.46 g Z: 4.73 g P: 16.40 g S: 1.02 g B: 2.29 BE	Kohlrabi-Möhren-Kartoffeleintopf ▽ ∞ y N: 112.66 kcal F: 0.25 g GF: 0.06 g C: 23.92 g Z: 6.45 g P: 2.95 g S: 0.50 g B: 1.98 BE	Fruchtjoghurt ▽ j g g 1 N: 129.87 kcal F: 3.27 g GF: 1.96 g C: 19.35 g Z: 19.19 g P: 4.88 g S: 0.13 g B: 1.61 BE	Kiwi-Kastenkuchen ▽ j c g a g 1 a 1 N: 168.82 kcal F: 7.83 g GF: 4.79 g C: 21.30 g Z: 11.36 g P: 3.14 g S: 0.10 g B: 1.78 BE
Sonntag	Rinderroulade mit Sauce, Rotkohl und Kartoffeln & ψ ω 1 a N: 531.43 kcal F: 19.70 g GF: 6.83 g C: 39.15 g Z: 9.12 g P: 48.33 g S: 1.74 g B: 3.25 BE	Rinderroulade mit Sauce, Möhren und Kartoffelkloß & ψ j ω 1 g a g 1 N: 611.34 kcal F: 25.82 g GF: 11.05 g C: 44.71 g Z: 12.05 g P: 49.28 g S: 3.58 g B: 3.71 BE	Eis im Becher ▽ j 1 t g g 1 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	Marzipan-Sahnetorte ▽ j c t g a g 1 a 1 N: 350.85 kcal F: 23.43 g GF: 9.23 g C: 28.83 g Z: 21.03 g P: 6.62 g S: 0.12 g B: 2.40 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 Milchzeugnisse j Senf y Hülsenfrucht	a1 Weizen d Fisch g1 Milcheiweiß t Schalenfrucht	Zusatzstoffe 1 mit Farbstoff	15 Nitrat/Nitrit	Eigenschaften ▽ Alkohol j Laktose ψ Rindfleisch ∞ Vegan	♣ Geflügel & Muskelfleisch ω Schweinefleisch ▽ Vegetarisch
--	---	--	-------------------------	--	--

Änderungen vorbehalten