

# Speiseplan Haus Barsbüttel

22.07.2024 - 28.07.2024

KW 30	Menü/Vollkost	Menü/Vegetarisch	Dessert	Kaffee/ Kuchen
Montag	<b>Cevapcici mit Zaziki und Tomatenreis</b> ψ ∫ ω c g a g1 a1 N: 446.66 kcal F: 19.41 g GF: 7.97 g C: 35.40 g Z: 5.15 g P: 31.81 g S: 5.45 g B: 2.95 BE	<b>Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung dazu Kräuterquark und Salat</b> ∇ ∫ g g1 N: 408.78 kcal F: 23.87 g GF: 12.68 g C: 24.36 g Z: 6.88 g P: 23.01 g S: 0.47 g B: 2.02 BE	<b>Fruchtjoghurt</b> g N: 117.63 kcal F: 3.75 g GF: 2.50 g C: 16.63 g Z: 14.50 g P: 3.50 g S: 0.15 g B: 1.39 BE	<b>Kekse</b> ∇ 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	<b>Chicken Haxe mit brauner Sauce, Sommergemüse und Kartoffeln</b> ♣ ∫ ω 1 g a g1 N: 436.23 kcal F: 19.68 g GF: 6.14 g C: 30.64 g Z: 5.40 g P: 33.08 g S: 8.80 g B: 2.55 BE	<b>Germknödel mit Fruchtfüllung und Vanillesauce</b> ∇ ∫ c z g a g1 a1 N: 453.59 kcal F: 4.46 g GF: 2.15 g C: 86.51 g Z: 28.78 g P: 12.93 g S: 0.89 g B: 7.20 BE	<b>Eis im Becher</b> ∇ ∫ 1 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	<b>Selbstgebackener Apfelkuchen</b> ∇ ∫ c g a g1 N: 283.22 kcal F: 12.77 g GF: 1.64 g C: 37.32 g Z: 18.44 g P: 4.52 g S: 0.05 g B: 3.11 BE
Mittwoch	<b>Hackbällchen mit Pilzrahmsauce und Reis</b> ω ∫ ∫ c g a g1 a1 N: 463.05 kcal F: 21.51 g GF: 11.35 g C: 48.73 g Z: 1.80 g P: 18.45 g S: 10.22 g B: 4.04 BE	<b>Gemüseschnitzel mit Hollandaise und Kartoffeln</b> ∇ ∫ a3 i a6 c j a4 f g a2 a g1 a1 N: 504.12 kcal F: 22.43 g GF: 7.81 g C: 57.85 g Z: 9.57 g P: 16.32 g S: 2.31 g B: 4.82 BE	<b>gekochter Himbeerpudding mit Sahne</b> ∇ ∫ g g1 N: 187.94 kcal F: 8.28 g GF: 5.20 g C: 24.50 g Z: 16.78 g P: 3.58 g S: 0.18 g B: 2.04 BE	<b>Zitronenkastenkuchen</b> ∇ ∫ c z g a g1 a1 N: 175.47 kcal F: 9.66 g GF: 6.05 g C: 19.83 g Z: 10.93 g P: 2.18 g S: 0.04 g B: 1.65 BE
Donnerstag	<b>Grützwurst mit Apfelmus und Kartoffelpüree</b> ψ ∫ ω 3 15 g g1 N: 670.23 kcal F: 46.43 g GF: 19.80 g C: 39.59 g Z: 25.83 g P: 23.94 g S: 2.25 g B: 3.30 BE	<b>Rahmspinat mit Rührei und Kartoffeln</b> æ ∇ ∫ c g a g1 N: 389.06 kcal F: 16.86 g GF: 4.98 g C: 41.88 g Z: 13.73 g P: 16.25 g S: 10.23 g B: 3.49 BE	<b>Dessert im Becher</b> ∇ ∫ 1 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	<b>Mohnkuchen</b> ∇ ∫ c g a g1 a1 N: 265.68 kcal F: 16.27 g GF: 6.77 g C: 23.38 g Z: 10.95 g P: 6.56 g S: 0.19 g B: 1.95 BE
Freitag	<b>gedünstetes Fischfilet mit Dillsauce, Möhren und Kartoffeln</b> ∫ z g a g1 a1 N: 225.24 kcal F: 8.52 g GF: 4.93 g C: 31.64 g Z: 11.43 g P: 4.51 g S: 7.44 g B: 7502.62 BE	<b>Quarkkeulchen mit Apfelmus</b> ∇ ∫ 3 c g a g1 a1 N: 441.46 kcal F: 16.53 g GF: 3.90 g C: 56.24 g Z: 33.10 g P: 15.65 g S: 0.33 g B: 4.69 BE	<b>selbstgekochte Götterspeise mit Vanillesauce</b> ∫ 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	<b>selbstgebackener Nusskuchen</b> ∇ ∫ h2 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
Samstag	<b>Linseneintopf mit Wiener Wurst</b> i N: 423.05 kcal F: 2.23 g GF: 0.47 g C: 59.45 g Z: 4.09 g P: 26.75 g S: 4.04 g B: 4.96 BE	<b>Gemüseintopf</b> ∇ ∞ i N: 97.66 kcal F: 0.22 g GF: 0.05 g C: 20.91 g Z: 3.46 g P: 2.31 g S: 0.11 g B: 1.74 BE	<b>Fruchtquark</b> ∇ ∫ g g1 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	<b>Kuchenmix</b> ∇ ∫ c g a g1 a1 N: 303.99 kcal F: 11.91 g GF: 7.50 g C: 44.08 g Z: 13.79 g P: 4.85 g S: 0.02 g B: 3.67 BE
Sonntag	<b>Kasslerbraten mit Sauce, Ananaskraut und Kartoffeln</b> ω 1 15 a N: 427.27 kcal F: 8.36 g GF: 2.21 g C: 44.13 g Z: 10.43 g P: 41.65 g S: 5.54 g B: 3.67 BE	<b>Kasslerbraten mit Sauce, Speckbohnen und Kartoffeln</b> ∫ ω 1 15 y g a g1 N: 458.63 kcal F: 16.74 g GF: 7.63 g C: 33.02 g Z: 4.91 g P: 42.90 g S: 7.68 g B: 2.75 BE	<b>Eis im Becher</b> ∇ ∫ 1 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	<b>Sahneschnitte</b> ∇ ∫ c g a g1 a1 N: 347.27 kcal F: 23.53 g GF: 13.79 g C: 28.64 g Z: 18.99 g P: 5.63 g S: 0.11 g B: 2.39 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
- a2 Roggen
- a4 Hafer
- c Eier
- g Milch und Milchzeugnisse
- h2 Haselnuss
- j Senf
- y Hülsenfrucht

- a1 Weizen
- a3 Gerste (Malz)
- a6 Dinkel/ Grünkern
- f Soja
- g1 Milcheiweiß
- i Sellerie
- t Schalenfrucht
- z Zitrusfrucht

## Zusatzstoffe

- 1 mit Farbstoff
- 15 Nitrat/Nitrit
- 3 mit Antioxidationsmittel

## Eigenschaften

- ♣ Geflügel
- ∫ Laktose
- ω Schweinefleisch
- ∇ Vegetarisch
- æ Knoblauch
- ψ Rindfleisch
- ∞ Vegan

Änderungen vorbehalten