

KW 37	Vollkost /Menü 1	Leichte Vollkost /Menü 2	Dessert
Montag	Wurstgoulasch mit Spirellis ∫ ∞ 15 c g a g1 a1 N: 465.61 kcal F: 32.94 g GF: 13.74 g C: 22.57 g Z: 1.83 g P: 20.28 g S: 11.61 g B: 1.88 BE	Sommerlicher Linsensalat mit gebratenem Tofu ∇ y k f N: 402.95 kcal F: 22.33 g GF: 2.66 g C: 26.71 g Z: 9.72 g P: 23.66 g S: 4.54 g B: 2.22 BE	Erdbeerpudding Vanillesoße ∇ ∫ g g1 N: 144.61 kcal F: 2.14 g GF: 1.40 g C: 26.33 g Z: 16.67 g P: 4.44 g S: 0.24 g B: 2.19 BE
Dienstag	Chili con Carne (Hackfleischpfanne mit Mais und Roten Bohnen) mit Schmand und Brötchen ∫ ∞ y g a2 a x g1 a1 N: 892.85 kcal F: 36.87 g GF: 16.12 g C: 93.93 g Z: 16.60 g P: 45.32 g S: 7.46 g B: 7.83 BE	Kartoffel-Paprika Auflauf mit Eisbergsalat und Zitronendressing ∇ ∫ c z g g1 N: 623.06 kcal F: 46.76 g GF: 24.50 g C: 30.80 g Z: 18.17 g P: 19.69 g S: 7.61 g B: 2.57 BE	Obst ∇ ∫ c g a g1 a1 N: 85.62 kcal F: 2.77 g GF: 1.67 g C: 14.11 g Z: 9.51 g P: 0.90 g S: 0.02 g B: 1.18 BE
Mittwoch	Blutwurst mit Sauerkraut und Kartoffeln ∫ ∞ 5 15 a g g1 N: 628.36 kcal F: 48.61 g GF: 20.75 g C: 24.32 g Z: 9.39 g P: 23.49 g S: 7.82 g B: 2.03 BE	Gebackenes Gemüse (Karotte, Lauchzwiebel, Zucchini, Aubergine) an Selleriepüree ∇ ∞ i N: 92.09 kcal F: 0.28 g GF: 0.06 g C: 18.75 g Z: 4.74 g P: 2.90 g S: 0.38 g B: 1.55 BE	Mandarinen Kompott ∇ ∞ z N: 60.57 kcal F: 0.23 g GF: 0.05 g C: 13.54 g Z: 13.54 g P: 0.50 g S: 0.00 g B: 1.13 BE
Donnerstag	Eisbein mit Sauerkraut und Kartoffeln & ∫ ∞ 5 g a i g1 N: 709.59 kcal F: 28.67 g GF: 12.33 g C: 21.80 g Z: 6.94 g P: 89.39 g S: 6.43 g B: 1.81 BE	Spaghetti mit Gorgonzola Sauce und Ruccola ∇ ∫ c g a g1 a1 N: 375.83 kcal F: 24.64 g GF: 13.54 g C: 28.05 g Z: 4.83 g P: 10.58 g S: 10.39 g B: 2.33 BE	Rote Bete Salat ∇ ∞ N: 37.52 kcal F: 0.17 g GF: 0.03 g C: 6.22 g Z: 6.13 g P: 1.68 g S: 0.53 g B: 0.52 BE
Freitag	gebratenes Tilapiafilet auf Fenchelgemüse mit Dillsauce und Kartoffeln ∇ ∫ 5 z g d a g1 N: 527.65 kcal F: 32.21 g GF: 14.41 g C: 33.19 g Z: 6.01 g P: 23.95 g S: 16.12 g B: 2.77 BE	Reis Pfanne mit Gemüse und Currysauce ∇ ∫ g a g1 N: 369.73 kcal F: 20.19 g GF: 13.07 g C: 41.71 g Z: 8.73 g P: 5.31 g S: 7.51 g B: 3.47 BE	Quarkspeise ∇ ∫ g g1 N: 122.19 kcal F: 1.09 g GF: 0.65 g C: 17.41 g Z: 16.91 g P: 9.82 g S: 0.11 g B: 1.45 BE
Samstag	Erseneintopf mit Bockwurst und Brot ∞ 15 y a2 a a1 N: 524.44 kcal F: 32.02 g GF: 10.05 g C: 37.25 g Z: 6.03 g P: 21.90 g S: 3.06 g B: 3.10 BE	Vegetarischer weiße Bohneneintopf mit Kräuterbaguette ∇ ∫ y g a2 a x g1 a1 N: 473.43 kcal F: 4.52 g GF: 1.63 g C: 86.64 g Z: 12.94 g P: 20.00 g S: 9.62 g B: 7.22 BE	Fruchtjoghurt ∇ ∫ g g1 N: 132.55 kcal F: 3.76 g GF: 1.75 g C: 18.88 g Z: 18.88 g P: 4.93 g S: 0.21 g B: 1.57 BE
Sonntag	Mit Pflaumen gefüllter Kasselerlachs dazu Leipziger Allerlei und Kartoffeln ∫ ∫ ∞ 15 i y g a g1 N: 636.57 kcal F: 40.18 g GF: 17.79 g C: 40.25 g Z: 20.84 g P: 28.62 g S: 13.14 g B: 3.35 BE	Putencurry "Indisch" mit Cocktailfrüchten mit Reis ♣ ∫ 2 g a g1 a1 N: 268.86 kcal F: 2.92 g GF: 1.32 g C: 39.95 g Z: 9.92 g P: 19.57 g S: 2.08 g B: 3.30 BE	Eis ∇ ∫ g g1 N: 200.24 kcal F: 17.58 g GF: 10.53 g C: 9.72 g Z: 9.72 g P: 1.31 g S: 0.05 g B: 0.81 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
- a1 Weizen
- a2 Roggen
- c Eier
- d Fisch
- f Soja
- g Milch und Milchzeugnisse
- g1 Milcheiweiß
- i Sellerie
- k Sesam
- x Honig
- y Hülsenfrucht
- z Zitrusfrucht

Zusatzstoffe

- 2 mit Konservierungsstoffen
- 5 geschwefelt
- 15 Nitrat/Nitrit

Eigenschaften

- ∇ Alkohol
- ∫ Laktose
- ∫ Rindfleisch
- ∞ Vegan
- ♣ Geflügel
- & Muskelfleisch
- ∞ Schweinefleisch
- ∇ Vegetarisch