

KW 41	Vollkost /Menü 1	Leichte Vollkost /Menü 2	Dessert
Montag	Ungarischer Gulascheintopf & ψ N: 307.38 kcal F: 17.32 g GF: 4.03 g C: 17.06 g Z: 14.32 g P: 20.83 g S: 5.65 g B: 1.42 BE	Champignon in Rahm mit Ofenkartoffel ∇ J g a g1 a1 N: 172.11 kcal F: 12.90 g GF: 7.41 g C: 7.73 g Z: 3.86 g P: 6.53 g S: 0.20 g B: 0.63 BE	Quarkspeise ∇ J z g g1 N: 232.92 kcal F: 8.07 g GF: 4.86 g C: 21.39 g Z: 21.30 g P: 17.50 g S: 0.15 g B: 1.79 BE
Dienstag	Hackbraten an Kümmeljus, Spitzkohl und Kartoffeln æ √ ψ J ∞ 2 a3 i c g a g1 a1 N: 539.76 kcal F: 30.29 g GF: 16.25 g C: 41.32 g Z: 10.35 g P: 24.55 g S: 2.96 g B: 3.46 BE	Quarkstrudel mit Rosinen dazu eine heiße Mandelsoße ∇ J c g a g1 a1 N: 872.48 kcal F: 26.91 g GF: 10.52 g C: 123.52 g Z: 62.66 g P: 31.02 g S: 0.95 g B: 10.31 BE	Fruchtcocktail ∇ ∞ N: 69.02 kcal F: 0.14 g GF: 0.02 g C: 15.75 g Z: 13.07 g P: 0.54 g S: 0.00 g B: 1.31 BE
Mittwoch	Ofenschnitzel im Rahm mit Pilzen und Spätzle ∞ c a a1 N: 876.79 kcal F: 21.82 g GF: 6.20 g C: 116.19 g Z: 4.56 g P: 52.17 g S: 9.92 g B: 9.68 BE	Grüne Sauce mit Ei und Kräutern, Butterkartoffeln	Bohnensalat ∇ ∞ y N: 64.01 kcal F: 4.55 g GF: 0.57 g C: 3.99 g Z: 2.25 g P: 1.43 g S: 2.22 g B: 0.33 BE
Donnerstag	Currywurstpfanne mit Maccaroni ∞ 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	Reis-Quinoa-Pilaw mit Tofu ∇ J g g1 N: 289.85 kcal F: 12.45 g GF: 3.73 g C: 39.01 g Z: 4.87 g P: 5.12 g S: 0.30 g B: 3.25 BE	Griechischer Joghurt mit Honig ∇ J c g a g1 a1 N: 446.52 kcal F: 15.13 g GF: 7.64 g C: 59.61 g Z: 4.20 g P: 17.06 g S: 1.33 g B: 4.97 BE
Freitag	Fischstäbchen mit Dill soße, Püree und Gurkensalat J ∞ 15 g d a g1 a1 N: 889.56 kcal F: 56.76 g GF: 21.75 g C: 64.62 g Z: 13.19 g P: 29.98 g S: 3.33 g B: 5.38 BE	Brokkoli Nussecke Dillsoße und Püree ∇ ♦ J c g a g1 a1 N: 190.02 kcal F: 10.68 g GF: 4.44 g C: 16.20 g Z: 3.00 g P: 6.36 g S: 1.80 g B: 1.36 BE	Gurkensalat ∇ ∞ N: 89.18 kcal F: 5.32 g GF: 0.55 g C: 8.89 g Z: 8.65 g P: 1.14 g S: 1.99 g B: 0.74 BE
Samstag	deftiger Bauerntopf mit Hackfleisch ∞ 15 y a2 a a1 N: 449.16 kcal F: 20.80 g GF: 6.95 g C: 45.87 g Z: 4.77 g P: 19.28 g S: 2.20 g B: 3.82 BE	Möhreneintopf ∇ J i j g a g1 N: 209.86 kcal F: 9.55 g GF: 5.89 g C: 26.72 g Z: 15.89 g P: 3.98 g S: 7.42 g B: 2.20 BE	Apfelkompott ∇ ∞ N: 33.10 kcal F: 0.03 g GF: 0.01 g C: 7.82 g Z: 7.17 g P: 0.22 g S: 0.00 g B: 0.65 BE
Sonntag	Berliner "Hoppelpoppel" (Bratkartoffeln mit Kasseler, Salami, Speck und mit Ei überbacken) ∞ 15 c N: 621.89 kcal F: 46.87 g GF: 17.03 g C: 24.76 g Z: 6.24 g P: 26.01 g S: 9.34 g B: 2.07 BE	"Ofenschlupfer" Auflauf mit Brot, Äpfeln, Rosinen und Ei dazu Vanillesauce ∇ J c g a g1 a1 N: 601.93 kcal F: 9.48 g GF: 5.09 g C: 109.71 g Z: 59.34 g P: 17.28 g S: 1.75 g B: 9.14 BE	Vanillepudding ∇ J g g1 N: 130.35 kcal F: 3.48 g GF: 2.28 g C: 21.45 g Z: 15.01 g P: 2.95 g S: 0.15 g B: 1.79 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
- c Eier
- g Milch und Milcherzeugnisse
- i Sellerie
- y Hülsenfrucht

- a1 Weizen
- a3 Gerste (Malz)
- d Fisch
- g1 Milcheiweiß
- j Senf
- z Zitrusfrucht

Zusatzstoffe

- 2 mit Konservierungsstoffen
- 15 Nitrat/Nitrit

Eigenschaften

- ∇ Alkohol
- æ Knoblauch
- & Muskelfleisch
- ∞ Schweinefleisch
- ∇ Vegetarisch
- ♦ Halal
- J Laktose
- ψ Rindfleisch
- ∞ Vegan