

Speiseplan

gültig vom 04.10.2021 bis 10.10.2021



KW 40	Das Klassische	Das Vegetarische	Das Passierte
Montag, 04.10.2021	Gemüsebrühe m. Backerbsen ^{Wz,C,G}		
	Schinkennudeln ^{A,Wz,C 3,8,2} Tomatensoße ^{A,Wz,G} Bohnensalat ^{M,O, 3,9,2}	Grillgemüse ^G Kräuter Dip ^G Couscous ^{A,Wz}	Schinkennudeln ^{A,Wz,C 3,8,2} Tomatensoße ^{A,Wz,G} Bohnensalat ^{M,O, 3,9,2}
	kcal 545,2/kJ 2281,0/Fett 26,1/EW 30,7/KH 44,2/BE 3,7	kcal 562,2/kJ 2352,3/Fett 37,5/EW 13,5/KH 41,2/BE 3,4	kcal 521,3/kJ 2181,2/Fett 24,6/EW 30,3/KH 42,3/BE 3,5
Dienstag, 05.10.2021	Obst der Saison		
	Kohlrabicremesuppe ^{A,Wz,G 1}		
	Rahmspinat ^{A,Wz,G} Rührei ^{C,G 1} Salzkartoffeln	Tortelloni mit Käsefüllung ^{A,Wz,G 1} Gorgonzolasoße ^{A,Wz,G, 1} Parmesankäse ^{G 1,2} Blattsalat mit Balsamico-Dressing ^{O, 5}	Rahmspinat ^{A,Wz,G} Rührei ^{C,G 1} Kartoffel-Sahnepüree ^G
kcal 362,7/kJ 1517,6/Fett 18,0/EW 20,9/KH 26,0/BE 2,2	kcal 1081,5/kJ 4525,0/Fett 47,7/EW 40,9/KH 118,5/BE 9,9	kcal 405,5/kJ 1696,5/Fett 28,4/EW 17,9/KH 17,9/BE 1,5	
Mittwoch, 06.10.2021	Früchtequark ^G		
	Pastinakencremesuppe ^{A,Wz,G 1}		
	Seelachsfilet gedünstet ^D Kürbissahnesoße ^{A,Wz,G 1} Bandnudeln ^{A,Wz,C} Wokgemüse ^{F,G}	Pfannkuchen ^{A,Wz,C,G 1,8,2} Puderzucker Pflirsichkompott	Seelachsfilet gedünstet ^D Kürbissahnesoße ^{A,Wz,G 1} Wokgemüse ^{F,G} Kartoffel-Karotten-Püree ^G
kcal 507,0/kJ 2121,2/Fett 16,9/EW 44,1/KH 47,2/BE 3,9	kcal 494,6/kJ 2069,4/Fett 16,7/EW 10,8/KH 72,1/BE 6,0	kcal 404,2/kJ 1691,2/Fett 11,7/EW 40,1/KH 35,5/BE 3,0	
Donnerstag, 07.10.2021	Früchtejoghurt ^G		
	Gemüsebrühe mit JulienneGemüse ^L		
	Putengeschnitztes Gyros Art ^{A,Wz,Ge,G} Tzatziki ^G Tomatenreis Krautsalat ^{O, 3}	Gemüse-Reis-Pfanne ^L Basilikumsoße ^{A,Wz,G 1} Krautsalat ^{O, 3}	Putengeschnitztes Gyros Art ^{A,Wz,Ge,G} Kartoffel-Sahnepüree ^G Tzatziki ^G Krautsalat ^{O, 3}
kcal 391,4/kJ 1637,6/Fett 20,3/EW 23,9/KH 27,5/BE 2,3	kcal 529,4/kJ 2215,1/Fett 18,1/EW 10,7/KH 78,3/BE 6,5	kcal 475,1/kJ 1987,8/Fett 32,6/EW 24,0/KH 20,4/BE 1,7	
Freitag, 08.10.2021	Karamelpudding ^G		
	Broccolicremesuppe ^{A,Wz,G 1}		
	Fischfrikadelle ^{A,Wz,D,G,M 1,2} frischer Kartoffelsalat ^M Blattsalat mit Essig & Öl Dressing ^{O, 3}	vegetarische Bratwurst ^{A,Wz,C,G,L} frischer Kartoffelsalat ^M Blattsalat mit Essig & Öl Dressing ^{O, 3}	Fischfrikadelle ^{A,Wz,D,G,M 1,2} Kartoffel-Tomatenpüree ^G Kräutersoße ^{A,Wz,G} Karotten ^G
kcal 356,8/kJ 1492,9/Fett 16,5/EW 12,2/KH 37,7/BE 3,1	kcal 472,0/kJ 1974,9/Fett 30,1/EW 17,2/KH 30,0/BE 2,5	kcal 433,3/kJ 1813,0/Fett 23,4/EW 12,9/KH 39,9/BE 3,3	
Samstag, 09.10.2021	Banane		
	Curry-Reiseintopf mit Hühnerfleisch ^{G,L} Brötchen ^{A,Wz}		
	Curry-Reiseintopf mit Hühnerfleisch ^{G,L} Brötchen ^{A,Wz}	Zwetschgenknödel ^{A,Wz,Ge,C,G,H,Hss} Vanillesoße ^{G 1}	Curry-Reiseintopf mit Hühnerfleisch ^{G,L} Vollkorntoast ^{A,Wz}
kcal 294,6/kJ 1232,6/Fett 4,6/EW 17,6/KH 45,0/BE 3,8	kcal 615,5/kJ 2575,4/Fett 19,7/EW 18,4/KH 87,8/BE 7,3	kcal 207,3/kJ 867,3/Fett 4,9/EW 15,0/KH 24,0/BE 2,0	
Sonntag, 10.10.2021	Fruchtjoghurt ^G		
	Rinderbrühe mit Leberspätzle ^{A,Wz,C,L}		
	Fränkischer Speißbraten ^{3,8,2} Rahmsoße ^{A,Wz,Ge,G, 1} Kartoffelklöße Blaukraut ^{A,Wz,O, 3}	Kartoffelklöße Sellerie-Bohngemüse ^{G,L 3}	Fränkischer Speißbraten ^{3,8,2} Rahmsoße ^{A,Wz,Ge,G, 1} Kartoffelpüree ^G Blaukraut ^{A,Wz,O, 3}
kcal 675,6/kJ 2826,6/Fett 35,5/EW 34,6/KH 51,6/BE 4,3	kcal 311,0/kJ 1301,1/Fett 6,4/EW 7,5/KH 50,2/BE 4,2	kcal 598,3/kJ 2503,3/Fett 36,4/EW 34,3/KH 31,6/BE 2,6	
Zitronenmousse Becher ^{G 1}			