

Speiseplan

Woche 5

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü 1	Spaghetti ^{A, Aa} Carbonarasauce ^{A, Aa, B, G, H, 43} pro Portion: 455 kcal; 16 g Eiweiß; 15 g Fett; 63 g KH	Putenragout mit Champignons ^{A, Aa, B, G, H, J} Grüne Bohnen ^{J, 43} Gemüsereis ^{A, Aa, B, H, J, K} pro Portion: 360 kcal; 25 g Eiweiß; 9 g Fett; 43 g KH	Paniertes Schweineschnitzel ^{A, Aa, D, 43} Rahmsauce ^{B, H, 43} Blumenkohl-Röschen ^{J, 43} Schupfnudeln ^{A, Aa, D} pro Portion: 547 kcal; 27 g Eiweiß; 22 g Fett; 58 g KH	Pochiertes Rindfleisch ³ Weiße Meerrettich-Sauce ^{A, Aa, B, G, H, J} Salzkartoffeln ⁴³ Rote Bete in Streifen ⁴ pro Portion: 305 kcal; 21 g Eiweiß; 10 g Fett; 31 g KH	Panierter Backfisch ^{A, Aa, E, 43} Kräuterremoulade ^{D, K, 43} Kartoffelsalat Essig & Öl ^{K, 1} pro Portion: 450 kcal; 3 g Eiweiß; 36 g Fett; 28 g KH	Schnippelbohneintopf mit Rindfleisch & Kartoffeln ^{J, 43} pro Portion: 164 kcal; 14 g Eiweiß; 3 g Fett; 17 g KH	Rindergulasch ^{A, Aa, 12} Apfelrotkohl ⁴³ Kartoffelkloße ⁴³ pro Portion: 286 kcal; 22 g Eiweiß; 6 g Fett; 37 g KH
Menü 2	Orientalisches Gemüosebällchen ^{A, Aa, B, G, H, J} Curry-Rahm-Sauce ^{A, Aa, B, G, H, J, 43} Bulgur mit Gartenkräutern ^{A, Aa, J} pro Portion: 357 kcal; 12 g Eiweiß; 6 g Fett; 56 g KH	Vegetarische Bami-Nudeln mit Kräutern und Gewürzen ^{A, Aa, D, G, J, K, 43} Veget. Chop Suey m. Quorn & asiatischem Gemüse ^{A, Aa, B, D, H, J} Gurkensalat ^{1, 2} pro Portion: 289 kcal; 12 g Eiweiß; 3 g Fett; 52 g KH	Veget. Erbseneintopf ^{J, 43} pro Portion: 368 kcal; 11 g Eiweiß; 1 g Fett; 34 g KH	Käseomelette ^{B, D, H} Basilikum-Rahmsauce ^{A, Aa, B, G, H, J} Pariser Möhren ^{B, H, J} Salzkartoffeln ⁴³ pro Portion: 361 kcal; 15 g Eiweiß; 19 g Fett; 33 g KH	Gabelspaghetti ^{A, Aa, 43} Vegane Bolognesauce ^{A, Aa, Ab, B, G, J, 12} pro Portion: 486 kcal; 20 g Eiweiß; 10 g Fett; 75 g KH	Klarer veget. Graupeneintopf ^{A, Aa, B, H, J, 43} pro Portion: 260 kcal; 7 g Eiweiß; 8 g Fett; 37 g KH	Vegane Bällchen in Tomaten-Salsa ^{A, Aa, J, 43} Brokkoli-Röschen ^{J, 43} Kartoffelstampf ^{B, H, 43} pro Portion: 285 kcal; 11 g Eiweiß; 5 g Fett; 42 g KH

Enthält Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff, (2) mit Antioxidationsmittel, (3) mit Geschmacksverstärker, (4) mit Süßungsmittel, (12) mit Farbstoff, (43) enthält keine deklarationspflichtigen Zusatzstoffe
 Enthält Allergene: (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (Aa) Weizen und Weizenerzeugnisse, (Ab) Gerste und Gerstenerzeugnisse, (B) Laktose, (D) Eier und -erzeugnisse, (E) Fisch und -erzeugnisse, (G) Soja und -erzeugnisse, (H) Milch und -erzeugnisse, (J) Sellerie und -erzeugnisse, (K) Senf und -erzeugnisse