

31.05.2021 bis 06.06.2021

Dessert

Obst

Dessert

Dessert

Zur Auswahl	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü 1 Vollkost	gebratenes Nackensteak mit Kartoffelpüree (2,3), dazu gebratene Zwiebeln und Erbsen	Spaghetti Bolognese (GL-W) und Reibekäse (LA)	Schweine-schnitzel (GL-W) mit Erbsen- Möhren- Gemüse (GL-W,LA) und Kartoffeln	Frikadelle (GL-W,LA)	Paniertes Schollenfilet (GL-W,FI)	Erbseintopf (SL,GL-W)	Gekochtes Rindfleisch mit Butterkartoffeln (LA) Meerrettichsoße (LA,GL) und rote Bete
	<i>Kcal408, EW8, 4gFett10g, KH68g</i>	<i>Kcal700, EW17,2g, Fett22g, KH107g</i>	<i>Kcal399, EW24g, Fett10,4g, KH54,2g</i>	<i>Kcal668, EW20,7g, Fett31g, KH76g</i>	<i>Kcal618, EW23,2g, Fett22g, KH80g</i>	<i>Kcal602, EW27,6g, Fett7g, KH70g</i>	<i>Kcal547, EW39g, Fett17,1g, KH4,6g</i>
Menü 2 Vollkost	weiße Bohneneintopf (SL) mit Rauchfleisch (2,3)	Chickenwings mit BBQ- Soße, dazu gemischtem Salat und Baguette	Soljanka (2,3,9) mit Brötchen (GL-W)	Quarkkeulchen mit Vanillesoße (LA)	Schinkenkrakauer (2,3,SL,S)	2 Spiegeleier	Kesselgulasch (GL-W,S) mit Weizenbrot (GL-W)
	<i>Kcal628, EW21,2g, Fett43g, KH41g</i>	<i>Kcal422, EW21,3g, Fett20,2g, KH41,5g</i>	<i>Kcal837, EW40,2g, Fett18g, KH89g</i>	<i>Kcal349, EW17,4g, Fett13,5g, KH34,7g</i>	<i>Kcal681, EW25, Fett41g, KH56g</i>	<i>Kcal302, EW11,4g, Fett15,5g, KH28,8g</i>	<i>Kcal681, EW25, Fett41g, KH56g</i>
Menü 3 Kleine Mahlzeit	Grießbrei (GL-W, LA) mit Kirschen	Paprika- Fenchel- Möhrengemüse (SL,LA) mit Curry, dazu Wildreis (GL-W,EI)	Frischkäselasagne (2,GL-W,LA,EI) dazu Tomaten- Basilikumsoße	Erbsenpüree (LA) mit feinen Karotten, Sellerie und Lauch	Vollkornnudeln (GL-W) mit einer Gorgonzolasoße (LA)	Hefeklöße (GL-W,LA,EI)	Minestrone (italienische Gemüsesuppe) mit Käsetortellinis (GL-W,LA,EI)
	<i>Kcal747, EW8,2g, Fett3g, KH50g</i>	<i>Kcal583, EW30,1g, Fett23g, KH58g</i>	<i>Kcal394, EW19,1, Fett11,9g, KH54,3g</i>	<i>Kcal427, EW13,7g, Fett12,9g, KH68,7g</i>	<i>Kcal886,6, EW18,8g, Fett91,4g, KH69g</i>	<i>Kcal747, EW8,2g, Fett3g, KH50g</i>	<i>Kcal596, EW26,1gFett18g, KH81g</i>
Menü 4 Salatteller	Pasta Salat (GL-W) mit grünen Bohnen, Cherrytomaten und zwei Partyfrikadellen (GL-W,EI)	Chicoreesalat mit Birne, Fenchel und Orangen (SC-W,LA,S)	Gemischter Salat mit Tomate, Zwiebeln, grünen Bohnen, Ei und Dressing (LA-S)	Sportlersalat mit Eisberg, Tomate, Paprika, Gurke, Mais und Dressing (GL-W,EI,S)	Gemischter Salat mit Katenschinken (2,3) und Croutons (3,GL-W), dazu Kräuterdressing (LA,S)	Chefsalat mit Kochschinken (2,3) und gekochtem Ei (EI,S,SL,LA)	Kartoffelsalat (2,LA,S,EI) mit zwei halben Eiern
	<i>Kcal316, EW9,3g, Fett16g, KH32g</i>	<i>Kcal480, EW16,3g, Fett33g, KH28g</i>	<i>Kcal277, EW27,2g, Fett16g, KH5g</i>	<i>Kcal480, EW16,3g, Fett33g, KH28g</i>	<i>Kcal478, EW24,8g, Fett35g, KH14g</i>	<i>Kcal1652, EW936,9g, Fett64g, KH83g</i>	<i>Kcal1652, EW936,9g, Fett64g, KH83g</i>