



KW 5	Menü 1	Menü 2	Dessert
Montag	<b>Milchreis mit heißen Kirschen und Zimt und Zucker</b> N: 623.14 kcal F: 11.40 g GF: 7.16 g C: 118.37 g Z: 70.01 g P: 9.83 g S: 0.27 g B: 9.87 BE	<b>Grünkohleintopf mit Kochwurst</b> N: 265.58 kcal F: 15.89 g GF: 6.28 g C: 17.22 g Z: 7.59 g P: 13.17 g S: 0.84 g B: 1.44 BE	<b>Joghurt</b> N: 82.22 kcal F: 2.26 g GF: 1.35 g C: 12.55 g Z: 12.44 g P: 2.42 g S: 0.07 g B: 1.04 BE
Dienstag	<b>Minihaxe mit Sauerkraut und Karoffelpüree</b> N: 504.44 kcal F: 25.12 g GF: 10.65 g C: 32.77 g Z: 14.45 g P: 35.50 g S: 1.69 g B: 2.74 BE	<b>gefüllter Pfannkuchen mit Vanillesoße</b> N: 386.63 kcal F: 15.05 g GF: 4.79 g C: 52.27 g Z: 26.15 g P: 9.90 g S: 0.32 g B: 4.35 BE	<b>Schwarzwaldbecher</b> N: 577.18 kcal F: 11.33 g GF: 7.14 g C: 107.27 g Z: 58.92 g P: 9.75 g S: 0.27 g B: 8.94 BE
Mittwoch	<b>Bohnen-Kartoffelstampf mit Speck</b> N: 229.29 kcal F: 11.34 g GF: 5.67 g C: 24.04 g Z: 7.44 g P: 7.28 g S: 0.43 g B: 2.00 BE	<b>Omelett gefüllt mit Champignon dazu Kräutersoße</b> N: 216.10 kcal F: 15.15 g GF: 5.71 g C: 6.58 g Z: 3.97 g P: 13.57 g S: 2.95 g B: 0.54 BE	<b>Rote Grütze mit Sahne</b> N: 201.71 kcal F: 9.70 g GF: 5.34 g C: 26.22 g Z: 18.32 g P: 1.39 g S: 0.09 g B: 2.19 BE
Donnerstag	<b>Königsberger Klopse mit Kapernsoße und Salzkartoffeln dazu rote Bete</b> N: 373.79 kcal F: 16.14 g GF: 6.84 g C: 27.60 g Z: 8.12 g P: 28.22 g S: 2.72 g B: 2.30 BE	<b>American Pancake mit Sirup</b> N: 347.77 kcal F: 9.97 g GF: 3.51 g C: 54.67 g Z: 18.82 g P: 9.16 g S: 0.58 g B: 4.56 BE	<b>Quarkspise</b> N: 226.75 kcal F: 6.84 g GF: 4.12 g C: 32.98 g Z: 32.98 g P: 7.60 g S: 0.08 g B: 2.75 BE
Freitag	<b>Lachs-Spinat-Auflauf mit Püree</b> N: 397.57 kcal F: 23.34 g GF: 12.83 g C: 22.02 g Z: 7.88 g P: 24.46 g S: 1.21 g B: 1.84 BE	<b>Gemüsebratling mit Soße und Püree</b> N: 517.11 kcal F: 28.46 g GF: 6.97 g C: 53.75 g Z: 6.92 g P: 10.64 g S: 2.78 g B: 4.49 BE	<b>Schokopudding mit Sahne</b> N: 190.96 kcal F: 9.82 g GF: 5.82 g C: 22.10 g Z: 15.66 g P: 3.42 g S: 0.17 g B: 1.84 BE
Samstag	<b>Soljanka mit Brot</b> N: 340.77 kcal F: 13.39 g GF: 5.66 g C: 31.59 g Z: 7.30 g P: 22.57 g S: 3.00 g B: 2.63 BE	<b>Cremesuppe</b> N: 171.78 kcal F: 3.16 g GF: 1.87 g C: 29.13 g Z: 10.53 g P: 5.94 g S: 5.15 g B: 2.42 BE	<b>Frisches Obst</b> N: 60.90 kcal F: 0.05 g GF: 0.02 g C: 14.35 g Z: 13.16 g P: 0.34 g S: 0.00 g B: 1.20 BE
Sonntag	<b>Cordon Bleu mit Salzkartoffeln, Leipziger Allerlei und Sauce Hollandaise</b> N: 701.10 kcal F: 45.00 g GF: 22.50 g C: 35.61 g Z: 5.10 g P: 37.46 g S: 3.69 g B: 2.96 BE	<b>Cordon Bleu mit Püree und Mischgemüse in Rahm</b> N: 604.89 kcal F: 25.65 g GF: 10.69 g C: 53.64 g Z: 11.76 g P: 38.99 g S: 1.68 g B: 4.47 BE	<b>Eis</b> N: 164.51 kcal F: 9.36 g GF: 5.53 g C: 16.78 g Z: 16.78 g P: 3.17 g S: 0.12 g B: 1.40 BE

Nährwertangaben pro Portion N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Broteinheit

