



KW 11	Menü 1	Menü 2	Dessert
Montag	Grießbrei mit Heidelbeerfruchtsoße N: 483.73 kcal F: 13.38 g GF: 8.31 g C: 80.91 g Z: 54.68 g P: 8.39 g S: 0.76 g B: 6.74 BE	Paprika-Hackfleischpfanne mit Reis N: 580.04 kcal F: 22.31 g GF: 9.98 g C: 61.63 g Z: 16.43 g P: 32.22 g S: 2.52 g B: 5.14 BE	Joghurt 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	Schweinebauch paniert mit Schwarzwurzel in Rahm dazu Salzkartoffeln N: 535.36 kcal F: 22.26 g GF: 10.31 g C: 60.06 g Z: 8.79 g P: 22.47 g S: 2.85 g B: 5.00 BE	Nougat-Topfenknödel mit Vanillesoße N: 592.41 kcal F: 25.68 g GF: 7.06 g C: 70.98 g Z: 33.19 g P: 18.54 g S: 0.85 g B: 5.92 BE	Flammeri mit Fruchtsoße N: 548.02 kcal F: 20.79 g GF: 12.88 g C: 71.76 g Z: 63.85 g P: 17.04 g S: 1.07 g B: 5.99 BE
Mittwoch	Tortellini mit Spinat-Käsesahnesoße N: 685.51 kcal F: 27.50 g GF: 15.04 g C: 81.25 g Z: 9.56 g P: 26.88 g S: 3.79 g B: 6.77 BE	Bulgur-Gemüse-Currypfanne N: 197.41 kcal F: 9.33 g GF: 1.42 g C: 24.06 g Z: 4.36 g P: 4.12 g S: 0.41 g B: 2.01 BE	Vanillepudding mit Schokoladensoße N: 337.11 kcal F: 6.85 g GF: 4.43 g C: 63.00 g Z: 47.62 g P: 4.92 g S: 0.29 g B: 5.25 BE
Donnerstag	Hackbraten mit Erbsen und Wurzel in Rahm und Püree N: 837.22 kcal F: 53.58 g GF: 24.99 g C: 52.07 g Z: 15.23 g P: 37.35 g S: 2.47 g B: 4.33 BE	Milchnudeln mit Zimt und Zucker N: 309.96 kcal F: 7.51 g GF: 4.59 g C: 51.55 g Z: 39.78 g P: 8.19 g S: 0.22 g B: 4.30 BE	Quarkspeise 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	Fischnuggets mit Bechamelkartoffeln dazu gemischter Salat N: 899.78 kcal F: 56.92 g GF: 21.76 g C: 65.47 g Z: 13.26 g P: 31.33 g S: 3.32 g B: 5.46 BE	Spinat mit Püree und Rührei N: 312.74 kcal F: 15.18 g GF: 6.52 g C: 26.01 g Z: 8.23 g P: 17.26 g S: 0.81 g B: 2.17 BE	Bananenpudding mit Sahnehaube 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	Champignoncremesuppe mit Brot N: 217.01 kcal F: 6.22 g GF: 3.52 g C: 28.83 g Z: 4.50 g P: 11.04 g S: 0.19 g B: 2.37 BE	Cremesuppe 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	Frisches Obst 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	Putenoberkeule mit Soße dazu Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln N: 480.20 kcal F: 16.24 g GF: 5.63 g C: 45.97 g Z: 9.81 g P: 36.24 g S: 2.23 g B: 3.82 BE	Geflügelbraten mit Püree und Gemüse in Rahm N: 509.76 kcal F: 20.36 g GF: 9.33 g C: 44.49 g Z: 12.34 g P: 36.57 g S: 0.69 g B: 3.70 BE	Eis 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

