



KW 20	Menü 1	Menü 2	Dessert
Montag	<b>Grießbrei mit Erdbeerkompott</b> N: 487.33 kcal F: 13.57 g GF: 8.33 g C: 80.37 g Z: 55.91 g P: 9.15 g S: 0.75 g B: 6.70 BE	<b>halbes Hähnchen mit Pommes-Frites dazu Mayo/Ketchup und Salatbeilage</b> N: 601.39 kcal F: 20.42 g GF: 5.90 g C: 33.28 g Z: 5.47 g P: 69.47 g S: 0.48 g B: 2.78 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>Gyros mit Reis, Zaziki und Krautsalat</b> N: 651.50 kcal F: 33.56 g GF: 7.85 g C: 41.67 g Z: 7.63 g P: 44.93 g S: 5.80 g B: 3.47 BE	<b>Apfelküchle mit Vanillesoße</b> N: 182.99 kcal F: 4.45 g GF: 2.53 g C: 30.43 g Z: 22.25 g P: 4.50 g S: 0.16 g B: 2.54 BE	<b>Obstsalat</b> N: 112.22 kcal F: 0.15 g GF: 0.04 g C: 26.50 g Z: 25.40 g P: 0.64 g S: 0.00 g B: 2.21 BE
Mittwoch	<b>Kohlmus mit Kasseler</b> N: 215.23 kcal F: 5.96 g GF: 3.34 g C: 21.13 g Z: 9.40 g P: 18.44 g S: 1.72 g B: 1.76 BE	<b>chinesische Reispfanne</b> N: 229.76 kcal F: 5.09 g GF: 2.86 g C: 39.93 g Z: 4.80 g P: 5.64 g S: 0.20 g B: 3.29 BE	<b>Milchreis</b> N: 425.20 kcal F: 10.97 g GF: 7.07 g C: 71.43 g Z: 32.71 g P: 9.19 g S: 0.19 g B: 5.96 BE
Donnerstag	<b>"HIMMELFAHRT" Schweinefilet mit Rotkohl und Herzoginkartoffeln</b> N: 325.60 kcal F: 11.94 g GF: 5.51 g C: 26.21 g Z: 8.94 g P: 27.42 g S: 1.37 g B: 2.19 BE	<b>"HIMMELFAHRT" Filet vom Schwein mit Kartoffelpüree und Pilzrahmsoße</b> N: 371.19 kcal F: 12.49 g GF: 6.63 g C: 34.81 g Z: 6.27 g P: 29.43 g S: 0.57 g B: 2.89 BE	<b>Mokkapudding mit Sahnehaube</b> N: 187.14 kcal F: 9.81 g GF: 5.82 g C: 21.18 g Z: 15.66 g P: 3.42 g S: 0.16 g B: 1.77 BE
Freitag	<b>Dorschfilet mit Senfsoße und Salzkartoffeln dazu Eisbergsalat mit Joghurtdressing</b> N: 390.37 kcal F: 9.20 g GF: 5.08 g C: 45.42 g Z: 16.82 g P: 29.52 g S: 2.56 g B: 3.78 BE	<b>Senfeier mit Püree und Eisbergsalat mit Joghurtdressing</b> N: 443.68 kcal F: 21.32 g GF: 9.94 g C: 42.07 g Z: 17.42 g P: 20.26 g S: 2.10 g B: 3.51 BE	<b>Bananenpudding mit Topping</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>Hühnersuppe mit Nudeln</b> N: 446.69 kcal F: 14.01 g GF: 5.36 g C: 44.16 g Z: 8.27 g P: 35.20 g S: 4.34 g B: 3.68 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>Hähnchenroulade mit Soße, Mischgemüse und Krokette</b> N: 701.56 kcal F: 29.92 g GF: 13.88 g C: 62.73 g Z: 17.58 g P: 44.12 g S: 0.56 g B: 5.22 BE	<b>Geflügelroulade mit Rahmgemüse und Püree</b> N: 551.28 kcal F: 23.39 g GF: 10.06 g C: 43.78 g Z: 12.34 g P: 40.72 g S: 0.75 g B: 3.64 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

