

Speiseplan von HVVG

18.03.2024 - 24.03.2024



KW 12	Menü 1	Menü 2	Dessert
Montag	Hausgemachte Quarkplinsen mit Pflaumenkompott N: 449.02 kcal F: 16.53 g GF: 3.89 g C: 58.18 g Z: 33.25 g P: 15.84 g S: 0.29 g B: 4.85 BE	halbes Hähnchen mit Pommes-Frites 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	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	Sülze mit Bratkartoffeln und Remouladensoße N: 876.23 kcal F: 65.36 g GF: 22.53 g C: 52.92 g Z: 9.44 g P: 20.18 g S: 2.86 g B: 4.41 BE	American Pancake mit Sirup 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	Fruchtcocktail N: 81.97 kcal F: 0.05 g GF: 0.01 g C: 19.90 g Z: 19.71 g P: 0.15 g S: 0.00 g B: 1.66 BE
Mittwoch	Spinat mit Salzkartoffeln und Rührei N: 296.60 kcal F: 11.48 g GF: 4.20 g C: 29.07 g Z: 7.37 g P: 17.71 g S: 2.37 g B: 2.42 BE	Gemüsebratling mit Kräutersoße und Kartoffelpüree 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	Buttermilchdessert N: 51.77 kcal F: 2.81 g GF: 1.70 g C: 3.28 g Z: 3.28 g P: 2.91 g S: 0.09 g B: 0.27 BE
Donnerstag	Hackbraten mit Erbsen und Wurzel in Rahm und hausgemachtes Kartoffelpüree 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	Knusperfilet mit Tomate dazu Reis und Paprika-Tomatensoße N: 467.03 kcal F: 15.00 g GF: 6.91 g C: 58.80 g Z: 11.16 g P: 23.24 g S: 4.34 g B: 4.91 BE	Kartoffeltaschen mit Kräuterrahmgemüse N: 442.83 kcal F: 22.15 g GF: 11.72 g C: 43.76 g Z: 9.60 g P: 16.38 g S: 0.37 g B: 3.65 BE	Mandelpudding mit Schokosoße N: 298.93 kcal F: 6.42 g GF: 4.16 g C: 54.40 g Z: 38.76 g P: 5.04 g S: 0.30 g B: 4.54 BE
Samstag	Grüner Bohneneintopf mit Kasseler N: 230.99 kcal F: 6.06 g GF: 3.41 g C: 23.03 g Z: 6.96 g P: 20.19 g S: 1.69 g B: 1.91 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 Krokettten 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

