



KW 19	Menü Vollkost	Menü Vollkost vegetarisch	Dessert
Montag	Königsberger Klopse mit Kapernsoße und Reis N: 459.17 kcal F: 19.29 g GF: 7.41 g C: 55.16 g Z: 2.20 g P: 16.15 g S: 3.36 g B: 4.59 BE	Pizza Margherita mit Mozzarella N: 808.34 kcal F: 28.00 g GF: 11.20 g C: 101.50 g Z: 10.85 g P: 32.55 g S: 3.40 g B: 8.47 BE	Obstsalat N: 96.66 kcal F: 0.30 g GF: 0.10 g C: 22.48 g Z: 21.38 g P: 0.50 g S: 0.10 g B: 1.87 BE
Dienstag	Haxenfleisch geschmort mit bayrisch Kraut und Senf und Salzkartoffeln N: 513.80 kcal F: 27.82 g GF: 10.54 g C: 29.52 g Z: 9.36 g P: 35.40 g S: 2.00 g B: 2.46 BE	Gefüllte Pfannkuchen N: 285.84 kcal F: 11.56 g GF: 2.46 g C: 38.23 g Z: 14.53 g P: 6.84 g S: 0.19 g B: 3.18 BE	Rhababergrütze mit Vanillesoße N: 88.38 kcal F: 1.67 g GF: 0.16 g C: 14.52 g Z: 13.36 g P: 2.36 g S: 0.50 g B: 1.21 BE
Mittwoch	Chili con Carne mit Reis N: 427.53 kcal F: 14.64 g GF: 4.08 g C: 53.77 g Z: 8.19 g P: 18.03 g S: 1.95 g B: 4.48 BE	Dampfnudel mit Vanillesoße N: 738.74 kcal F: 26.36 g GF: 5.58 g C: 106.95 g Z: 32.74 g P: 17.61 g S: 1.96 g B: 8.92 BE	Wackelpudding N: 58.08 kcal F: 0.00 g GF: 0.00 g C: 13.06 g Z: 13.06 g P: 1.24 g S: 0.00 g B: 1.09 BE
Donnerstag	Cordon bleu mit Sauce Hollandaise dazu Kroketten und Blumenkohl N: 876.73 kcal F: 58.73 g GF: 31.96 g C: 45.15 g Z: 7.41 g P: 41.34 g S: 1.52 g B: 3.77 BE		Panna Cotta N: 470.36 kcal F: 25.37 g GF: 15.20 g C: 54.51 g Z: 54.51 g P: 6.10 g S: 0.07 g B: 4.54 BE
Freitag	Seelachsfilet mit Kartoffelspecksalat und gemischter Salat N: 698.37 kcal F: 24.69 g GF: 8.51 g C: 86.08 g Z: 13.95 g P: 31.39 g S: 2.49 g B: 7.18 BE	Senfeier mit Kartoffelpüree und Salat N: 505.66 kcal F: 31.02 g GF: 13.23 g C: 34.25 g Z: 12.72 g P: 21.94 g S: 11.24 g B: 2.86 BE	Nuss Pudding N: 94.80 kcal F: 2.86 g GF: 1.90 g C: 14.31 g Z: 9.23 g P: 2.70 g S: 0.13 g B: 1.19 BE
Samstag	Weißkohl Eintopf mit Kasseler N: 232.46 kcal F: 7.15 g GF: 2.09 g C: 21.55 g Z: 8.53 g P: 19.63 g S: 1.79 g B: 1.79 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	Obst der Saison 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	Rindergulasch mit Salzkartoffeln N: 399.16 kcal F: 16.09 g GF: 3.93 g C: 22.23 g Z: 2.67 g P: 40.91 g S: 3.47 g B: 1.85 BE		Eisbecher N: 214.47 kcal F: 15.40 g GF: 8.85 g C: 16.34 g Z: 15.71 g P: 2.90 g S: 0.09 g B: 1.36 BE

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

