



KW 21	Menü Vollkost	Menü Vollkost vegetarisch	Dessert
Montag	Kalbsrollbraten mit Soße, Kroketten und Kaisergemüse N: 575.66 kcal F: 19.16 g GF: 11.27 g C: 59.04 g Z: 17.37 g P: 40.47 g S: 0.47 g B: 4.91 BE		Mousse au Chocolat N: 403.33 kcal F: 31.41 g GF: 18.90 g C: 25.06 g Z: 25.01 g P: 5.86 g S: 0.17 g B: 2.09 BE
Dienstag	Bauernfrühstück mit Gewürzgurke N: 283.50 kcal F: 10.72 g GF: 2.91 g C: 30.22 g Z: 8.26 g P: 14.95 g S: 7.93 g B: 2.52 BE	Blumenkohl polnisch, Salzkartoffeln, Hollandaise N: 884.38 kcal F: 66.75 g GF: 26.18 g C: 54.49 g Z: 7.02 g P: 16.68 g S: 5.26 g B: 4.54 BE	Apfelschnee N: 107.41 kcal F: 4.84 g GF: 2.68 g C: 15.29 g Z: 14.79 g P: 0.52 g S: 0.02 g B: 1.27 BE
Mittwoch	Kartoffelsuppe mit Wiener Wurst N: 238.05 kcal F: 9.10 g GF: 5.61 g C: 32.22 g Z: 5.28 g P: 5.14 g S: 4.19 g B: 2.69 BE	Curry-Bulgur-Pfanne mit Feta N: 225.83 kcal F: 11.74 g GF: 3.03 g C: 24.14 g Z: 4.36 g P: 5.68 g S: 0.72 g B: 2.01 BE	Fruchtjoghurt 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
Donnerstag	Mediterrane Hackfleischpfanne mit Spiralnudeln N: 586.05 kcal F: 21.35 g GF: 8.12 g C: 63.40 g Z: 16.46 g P: 34.04 g S: 1.52 g B: 5.29 BE	Pfannkuchen mit Apfel gefüllt und Vanillesoße N: 313.85 kcal F: 14.79 g GF: 4.95 g C: 33.16 g Z: 6.21 g P: 11.21 g S: 0.63 g B: 2.76 BE	Fruchtquark N: 149.96 kcal F: 2.60 g GF: 1.62 g C: 23.16 g Z: 23.16 g P: 7.75 g S: 0.08 g B: 1.93 BE
Freitag	Schlemmerfilet mit Brokkolie Dillssoße und Kartoffeln N: 595.86 kcal F: 35.51 g GF: 14.77 g C: 43.67 g Z: 8.31 g P: 24.46 g S: 6.13 g B: 3.64 BE	Tomaten Kokos Suppe mit Brot N: 143.09 kcal F: 5.96 g GF: 4.58 g C: 18.33 g Z: 8.05 g P: 3.94 g S: 1.29 g B: 1.53 BE	Vanillepudding mit Schokosoße N: 263.39 kcal F: 5.79 g GF: 3.78 g C: 47.26 g Z: 32.98 g P: 4.79 g S: 0.28 g B: 3.94 BE
Samstag	Frühlingssuppe mit Nudeln und Fleischklößchen N: 206.86 kcal F: 11.67 g GF: 4.25 g C: 10.90 g Z: 2.45 g P: 14.59 g S: 9.84 g B: 0.91 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	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	Putenrollbraten mit Soße dazu Spargel und Salzkartoffeln N: 490.41 kcal F: 16.09 g GF: 5.61 g C: 49.59 g Z: 17.26 g P: 35.42 g S: 2.21 g B: 4.13 BE		Eisbecher N: 174.79 kcal F: 9.94 g GF: 5.87 g C: 17.82 g Z: 17.82 g P: 3.37 g S: 0.13 g B: 1.49 BE

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

