



KW 24	Menü Vollkost	Menü Vollkost vegetarisch	Dessert
Montag	Hähnchen-Curry-Geschnetzeltes mit Reis N: 522.36 kcal F: 11.67 g GF: 3.32 g C: 76.21 g Z: 23.59 g P: 27.62 g S: 1.05 g B: 6.35 BE	Rhabarberauflauf mit Vanillesoße N: 332.05 kcal F: 6.68 g GF: 3.30 g C: 47.30 g Z: 35.27 g P: 18.86 g S: 0.40 g B: 3.94 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
Dienstag	Lasagne Bolognese N: 349.89 kcal F: 23.41 g GF: 11.14 g C: 19.73 g Z: 6.44 g P: 15.07 g S: 2.83 g B: 1.65 BE	Buntes Gemüse-Risotto N: 289.85 kcal F: 12.45 g GF: 3.73 g C: 39.01 g Z: 4.87 g P: 5.12 g S: 0.30 g B: 3.25 BE	Erdbeeren mit Sahne N: 39.44 kcal F: 2.34 g GF: 1.45 g C: 3.51 g Z: 3.47 g P: 0.67 g S: 0.01 g B: 0.29 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	Kartoffeltaschen mit Rahmgemüse 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	Schoko-Nuss-Milchcreme 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
Donnerstag	Hackbraten mit Erbsen und Wurzel in Rahm und hausgemachtes Kartoffelpüree N: 931.13 kcal F: 58.36 g GF: 26.37 g C: 62.37 g Z: 17.74 g P: 39.11 g S: 2.09 g B: 5.19 BE	Grießflammerie mit Fruchtsoße N: 238.39 kcal F: 6.11 g GF: 3.90 g C: 38.62 g Z: 28.66 g P: 6.43 g S: 0.65 g B: 3.22 BE	Fruchtquark N: 143.26 kcal F: 2.06 g GF: 1.29 g C: 22.91 g Z: 19.68 g P: 7.55 g S: 0.08 g B: 1.91 BE
Freitag	Frischer Brathering mit Speckkartoffelsalat N: 457.54 kcal F: 31.52 g GF: 4.63 g C: 19.01 g Z: 2.15 g P: 24.50 g S: 2.19 g B: 1.58 BE	Schupfnudeln mit Ratatouille und Feta überbacken N: 364.22 kcal F: 4.04 g GF: 0.45 g C: 68.48 g Z: 5.96 g P: 10.33 g S: 2.02 g B: 5.70 BE	Karamel 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	Spargelsuppe mit Fleischklößchen N: 292.40 kcal F: 16.52 g GF: 9.04 g C: 23.39 g Z: 7.27 g P: 12.50 g S: 0.52 g B: 1.95 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	Braten von der Putenoberkeule mit Soße dazu Kaisergemüse und Salzkartoffeln N: 524.72 kcal F: 18.85 g GF: 7.40 g C: 51.31 g Z: 17.01 g P: 36.11 g S: 0.76 g B: 4.26 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

