



KW 34	Menü Vollkost	Menü Vollkost vegetarisch	Dessert
Montag	<b>Pizza-Fleischkäse mit Ratatouille-Gemüse und Nudeln</b> N: 551.28 kcal F: 31.93 g GF: 9.54 g C: 44.38 g Z: 5.45 g P: 21.62 g S: 2.54 g B: 3.69 BE	<b>hausgemachter Kaiserschmarrn mit heißem Pflaumenkompott und Vanillesoße</b> N: 737.75 kcal F: 26.39 g GF: 8.31 g C: 104.33 g Z: 66.17 g P: 18.67 g S: 0.48 g B: 8.70 BE	<b>Fruchtjoghurt</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>Bauernfrühstück mit Gewürzgurke</b> N: 540.95 kcal F: 31.29 g GF: 8.32 g C: 42.87 g Z: 6.34 g P: 21.11 g S: 0.81 g B: 3.57 BE	<b>Canneloni mit Spinat überbacken</b> N: 305.18 kcal F: 14.18 g GF: 8.97 g C: 26.03 g Z: 4.27 g P: 17.55 g S: 3.87 g B: 2.17 BE	<b>Birnen Kompott</b> N: 61.14 kcal F: 0.50 g GF: 0.10 g C: 14.00 g Z: 14.00 g P: 0.50 g S: 0.03 g B: 1.17 BE
Mittwoch	<b>grüner Schnibbelbohneintopf mit Kasseler</b> N: 295.70 kcal F: 9.65 g GF: 2.87 g C: 35.06 g Z: 8.64 g P: 16.00 g S: 1.17 g B: 2.91 BE	<b>Sellerieschnitzel mit Erbsen Kartoffelpüree</b> N: 274.90 kcal F: 7.54 g GF: 5.50 g C: 38.30 g Z: 5.96 g P: 8.46 g S: 3.85 g B: 3.19 BE	<b>Rote Grütze mit Sahne</b> N: 298.11 kcal F: 9.74 g GF: 5.34 g C: 50.05 g Z: 42.50 g P: 1.42 g S: 0.10 g B: 4.17 BE
Donnerstag	<b>Hackbraten mit Erbsen und Wurzel in Rahm und hausgemachtes Kartoffelpüree</b> 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	<b>gefüllter Germknödel mit Mandelsoße</b> N: 546.90 kcal F: 6.24 g GF: 3.26 g C: 106.00 g Z: 42.66 g P: 12.59 g S: 0.93 g B: 8.82 BE	<b>Quarkspeise</b> N: 126.54 kcal F: 1.42 g GF: 0.85 g C: 20.52 g Z: 20.01 g P: 7.36 g S: 0.07 g B: 1.71 BE
Freitag	<b>gebratenes Fischfilet mit Meerrettichsoße dazu Salzkartoffeln und Eisbergsalat mit Joghurdressing</b> N: 532.59 kcal F: 27.59 g GF: 9.75 g C: 37.64 g Z: 12.00 g P: 32.28 g S: 4.03 g B: 3.13 BE	<b>Kartoffel Brokkoli Auflauf mit Salat</b> N: 477.73 kcal F: 34.31 g GF: 13.32 g C: 20.93 g Z: 5.11 g P: 21.14 g S: 2.38 g B: 1.75 BE	<b>Vanillepudding mit Schokosoße</b> N: 337.11 kcal F: 6.85 g GF: 4.43 g C: 63.00 g Z: 47.62 g P: 4.92 g S: 0.29 g B: 5.25 BE
Samstag	<b>Frühlingssuppe mit Nudeln und Fleischklößchen</b> 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	<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>Obst der Saison</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, Brokkoli und Salzkartoffeln</b> N: 518.02 kcal F: 19.23 g GF: 6.36 g C: 42.50 g Z: 9.56 g P: 42.39 g S: 2.34 g B: 3.54 BE	<b>Blumenkohl-Käse-Medailon mit Püree und Sauce Hollandaise</b> N: 572.67 kcal F: 42.98 g GF: 24.29 g C: 34.67 g Z: 4.18 g P: 10.40 g S: 0.70 g B: 2.89 BE	<b>Eisbecher</b> N: 70.22 kcal F: 3.15 g GF: 2.80 g C: 9.80 g Z: 9.10 g P: 1.05 g S: 0.06 g B: 0.82 BE

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

