



KW 44	Menü Vollkost	Menü Vollkost vegetarisch	Dessert
Montag	Puten-Curry-Geschnetzeltes mit gemischten Früchten und Reis N: 384.18 kcal F: 5.91 g GF: 1.84 g C: 71.14 g Z: 23.25 g P: 10.52 g S: 0.30 g B: 5.93 BE	Apfelstrudel mit Vanillesoße N: 503.07 kcal F: 10.88 g GF: 5.40 g C: 83.66 g Z: 48.64 g P: 9.28 g S: 0.91 g B: 6.97 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	Hackfleischpfanne "Budapester Art" mit Reis N: 638.23 kcal F: 28.84 g GF: 11.37 g C: 60.79 g Z: 15.72 g P: 33.16 g S: 0.55 g B: 5.07 BE	Sellerieschnitzel mit Erbsen Kartoffelpüree 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	Götterspeise mit Vanillesoße N: 158.87 kcal F: 3.48 g GF: 2.33 g C: 27.11 g Z: 24.68 g P: 4.31 g S: 0.13 g B: 2.26 BE
Mittwoch	Bohnenmus mit Kasseler N: 268.12 kcal F: 3.99 g GF: 0.92 g C: 34.56 g Z: 8.14 g P: 22.02 g S: 1.69 g B: 2.87 BE	Kartoffeltaschen mit Gemüse in Rahm N: 414.63 kcal F: 21.26 g GF: 11.19 g C: 39.12 g Z: 7.94 g P: 16.07 g S: 0.37 g B: 3.27 BE	Kirschen mit Joghurtcreme N: 109.86 kcal F: 3.75 g GF: 2.50 g C: 13.13 g Z: 12.75 g P: 4.63 g S: 0.16 g B: 1.10 BE
Donnerstag	Wurstgulasch mit Spiralnudeln N: 517.21 kcal F: 24.58 g GF: 9.21 g C: 54.14 g Z: 7.71 g P: 19.55 g S: 2.39 g B: 4.51 BE	Apfelkühle mit Mandelsoße N: 250.79 kcal F: 3.90 g GF: 2.08 g C: 49.34 g Z: 34.39 g P: 3.53 g S: 0.18 g B: 4.12 BE	Quarkspeise N: 151.98 kcal F: 9.18 g GF: 5.96 g C: 10.03 g Z: 9.82 g P: 7.42 g S: 0.10 g B: 0.84 BE
Freitag	Fischrikadelle mit Bechamelkartoffeln und gemischter Salat N: 751.27 kcal F: 50.03 g GF: 11.48 g C: 52.13 g Z: 12.58 g P: 25.03 g S: 3.15 g B: 4.35 BE	Bunte Gemüse-Nudelpfanne N: 296.32 kcal F: 11.12 g GF: 2.69 g C: 40.44 g Z: 4.94 g P: 8.16 g S: 0.30 g B: 3.37 BE	Erdbeerpudding mit Sahne N: 190.96 kcal F: 9.82 g GF: 5.82 g C: 22.10 g Z: 15.66 g P: 3.42 g S: 0.17 g B: 1.84 BE
Samstag	Blumenkohlsuppe mit Wursteinlage N: 336.20 kcal F: 23.01 g GF: 7.88 g C: 19.39 g Z: 6.89 g P: 12.75 g S: 1.07 g B: 1.62 BE	Kartoffelcremesuppe vegetarisch 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	Burgunderbraten mit Soße dazu Rosenkohl und Salzkartoffeln N: 398.35 kcal F: 11.65 g GF: 4.86 g C: 41.84 g Z: 8.77 g P: 30.00 g S: 7.68 g B: 3.48 BE	Gemüsebratling mit Kräutersoße und Püree 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	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

