



KW 5	Menü 1	Menü 2	Dessert
Montag	<b>Milchreis mit Zimtucker und Kirschkompott</b> N: 623.14 kcal F: 11.40 g GF: 7.16 g C: 118.37 g Z: 70.01 g P: 9.83 g S: 0.27 g B: 9.87 BE	<b>Köttbullar mit Champignonrahmsoße und Püree</b> N: 352.25 kcal F: 12.30 g GF: 6.91 g C: 38.67 g Z: 6.18 g P: 21.27 g S: 1.19 g B: 3.21 BE	<b>Joghurt</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>hausgemachtes Sauerfleisch mit Bratkartoffeln und Remoulade dazu Eisbergsalat mit Joghurdressing</b> N: 1177.27 kcal F: 79.54 g GF: 28.91 g C: 77.38 g Z: 34.10 g P: 37.84 g S: 0.99 g B: 6.45 BE	<b>American Pancake mit Sirup</b> N: 347.77 kcal F: 9.97 g GF: 3.51 g C: 54.67 g Z: 18.82 g P: 9.16 g S: 0.58 g B: 4.56 BE	<b>Schwarzwaldbecher</b> N: 577.18 kcal F: 11.33 g GF: 7.14 g C: 107.27 g Z: 58.92 g P: 9.75 g S: 0.27 g B: 8.94 BE
Mittwoch	<b>Hühnerfrikassee mit Reis</b> N: 484.89 kcal F: 14.72 g GF: 6.87 g C: 56.84 g Z: 7.89 g P: 30.36 g S: 0.55 g B: 4.73 BE	<b>Bauernfrühstück mit Gewürzgurke</b> N: 544.29 kcal F: 31.31 g GF: 8.30 g C: 43.11 g Z: 6.95 g P: 21.33 g S: 1.51 g B: 3.59 BE	<b>Strudelpudding</b> N: 260.70 kcal F: 6.96 g GF: 4.57 g C: 42.90 g Z: 30.02 g P: 5.90 g S: 0.31 g B: 3.58 BE
Donnerstag	<b>gebratene Rinderleber mit geschmorten Zwiebeln und hausgemachtes Kartoffelpüree</b> N: 430.90 kcal F: 19.31 g GF: 7.35 g C: 39.58 g Z: 7.75 g P: 23.76 g S: 2.25 g B: 3.30 BE	<b>Bunte Gemüse-Reispfanne</b> 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	<b>Quarkspeise</b> N: 226.75 kcal F: 6.84 g GF: 4.12 g C: 32.98 g Z: 32.98 g P: 7.60 g S: 0.08 g B: 2.75 BE
Freitag	<b>Dorschfilet gedünstet mit Senfsoße und Salzkartoffel dazu Gurkensalat</b> N: 370.67 kcal F: 10.21 g GF: 3.92 g C: 40.06 g Z: 11.18 g P: 28.08 g S: 2.87 g B: 3.33 BE	<b>Eier in Senfsoße mit Püree und Gurkensalat</b> N: 423.98 kcal F: 22.33 g GF: 8.78 g C: 36.71 g Z: 11.78 g P: 18.82 g S: 2.41 g B: 3.06 BE	<b>Himbeerpudding mit Sahne</b> 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	<b>Minestrone mit Nudeln</b> N: 256.34 kcal F: 7.98 g GF: 2.26 g C: 20.02 g Z: 5.78 g P: 25.55 g S: 0.20 g B: 1.68 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>Frisches Obst</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>Sauerbraten mit Soße, Rosenkohl und Salzkartoffeln</b> N: 464.89 kcal F: 14.76 g GF: 7.70 g C: 53.53 g Z: 16.55 g P: 27.69 g S: 2.90 g B: 4.45 BE	<b>Sauerbraten mit Kartoffelklöße und Mischgemüse in Rahm</b> N: 494.70 kcal F: 17.08 g GF: 10.65 g C: 56.70 g Z: 12.67 g P: 27.23 g S: 1.35 g B: 4.72 BE	<b>Eis</b> N: 164.51 kcal F: 9.36 g GF: 5.53 g C: 16.78 g Z: 16.78 g P: 3.17 g S: 0.12 g B: 1.40 BE

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

