



KW 46	Menü Vollkost	Menü Vollkost vegetarisch	Dessert
Montag	<b>"Jägerschnitte" mit Nudeln und Tomatensoße</b> N: 574.94 kcal F: 31.10 g GF: 8.06 g C: 48.95 g Z: 8.11 g P: 24.87 g S: 3.68 g B: 4.09 BE	<b>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>Bratkartoffeln mit Sülze und Remoulade</b> N: 876.23 kcal F: 65.36 g GF: 22.53 g C: 52.92 g Z: 9.44 g P: 20.18 g S: 2.86 g B: 4.41 BE	<b>Nudelpfanne mit asiatischen Gemüse</b> N: 340.77 kcal F: 11.30 g GF: 4.63 g C: 37.13 g Z: 6.23 g P: 22.26 g S: 0.37 g B: 3.06 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>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>vegetarisches Bauernfrühstück mit Gewürzgurke</b> N: 425.80 kcal F: 19.99 g GF: 3.92 g C: 44.23 g Z: 6.56 g P: 15.56 g S: 0.84 g B: 3.68 BE	<b>Buttermilchdessert</b> N: 51.77 kcal F: 2.81 g GF: 1.70 g C: 3.28 g Z: 3.28 g P: 2.91 g S: 0.09 g B: 0.27 BE
Donnerstag	<b>Hackbraten mit Rahmgemüse und hausgemachter Kartoffelstampf</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>Germknödel mit Vanillesoße</b> N: 625.06 kcal F: 11.08 g GF: 5.47 g C: 111.69 g Z: 43.90 g P: 16.88 g S: 1.17 g B: 9.31 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>Zanderfilet gebraten mit Meerrettichsoße, Salzkartoffeln und Eisbergsalat mit Joghurdressing</b> N: 411.02 kcal F: 17.38 g GF: 7.35 g C: 30.64 g Z: 7.57 g P: 31.66 g S: 5.80 g B: 2.55 BE	<b>Ofenkartoffel mit Kräuterquark und Röstgemüse</b> N: 299.64 kcal F: 8.78 g GF: 4.09 g C: 42.72 g Z: 6.39 g P: 10.61 g S: 1.92 g B: 3.56 BE	<b>Mandelpudding mit Schokosoße</b> N: 298.93 kcal F: 6.42 g GF: 4.16 g C: 54.40 g Z: 38.76 g P: 5.04 g S: 0.30 g B: 4.54 BE
Samstag	<b>grüner Schnibbelbohneintopf mit Kasseler</b> N: 218.65 kcal F: 12.15 g GF: 2.83 g C: 14.20 g Z: 1.97 g P: 11.60 g S: 2.17 g B: 1.19 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>Rinderroulade mit Soße dazu Brechbohnen und Salzkartoffeln</b> N: 525.28 kcal F: 19.73 g GF: 7.37 g C: 45.74 g Z: 9.23 g P: 39.97 g S: 3.19 g B: 3.81 BE	<b>Pilzragout mit Kartoffelklöße</b> N: 206.45 kcal F: 4.56 g GF: 2.98 g C: 32.29 g Z: 6.23 g P: 8.27 g S: 0.46 g B: 2.68 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

