



KW 47	Menü Vollkost	Menü Vollkost vegetarisch	Dessert
Montag	Putenrahmgeschnetzeltes mit Pilzen und Spätzle N: 249.30 kcal F: 12.08 g GF: 5.04 g C: 7.18 g Z: 2.00 g P: 27.95 g S: 2.45 g B: 0.59 BE	Quarkkeulchen mit Apfelmus und Zimt Zucker N: 548.73 kcal F: 20.66 g GF: 4.92 g C: 68.90 g Z: 39.17 g P: 19.56 g S: 0.42 g B: 5.74 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	Leberkäse mit grünen Bohnenmus N: 479.41 kcal F: 35.29 g GF: 11.12 g C: 20.33 g Z: 5.35 g P: 18.48 g S: 1.84 g B: 1.70 BE	Canneloni mit Spinat überbacken N: 312.38 kcal F: 13.79 g GF: 8.75 g C: 28.43 g Z: 4.44 g P: 17.77 g S: 3.88 g B: 2.37 BE	Frucht Cocktail N: 59.95 kcal F: 0.50 g GF: 0.50 g C: 14.00 g Z: 14.00 g P: 0.50 g S: 0.01 g B: 1.17 BE
Mittwoch	Hack-Käse-Lauch-Eintopf mit Brot N: 510.90 kcal F: 27.91 g GF: 13.41 g C: 34.30 g Z: 9.31 g P: 30.48 g S: 0.55 g B: 2.85 BE	Käsespätzle mit Röstzwiebeln N: 370.42 kcal F: 17.72 g GF: 11.77 g C: 31.88 g Z: 3.38 g P: 19.42 g S: 3.58 g B: 2.65 BE	Strudelpudding N: 91.18 kcal F: 2.66 g GF: 1.64 g C: 14.36 g Z: 9.06 g P: 2.21 g S: 0.13 g B: 1.20 BE
Donnerstag	Frikadelle mit Kohlrabi in Rahm und hausgemachtes Kartoffelpüree N: 651.57 kcal F: 29.95 g GF: 14.21 g C: 61.56 g Z: 14.94 g P: 32.82 g S: 1.34 g B: 5.12 BE	American Pancake mit Sirup 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	Fruchtquark 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	Schlemmerfilet mit Dillsoße und Kartoffeln N: 589.99 kcal F: 34.66 g GF: 14.54 g C: 43.91 g Z: 8.47 g P: 24.45 g S: 6.14 g B: 3.66 BE	Gemüse-Lasagne N: 558.01 kcal F: 28.15 g GF: 12.34 g C: 49.27 g Z: 2.51 g P: 26.83 g S: 0.93 g B: 4.09 BE	Himbeerpudding mit Vanillesoße N: 231.14 kcal F: 6.96 g GF: 4.62 g C: 35.50 g Z: 26.63 g P: 6.02 g S: 0.28 g B: 2.96 BE
Samstag	Weißer Bohneneintopf mit Speckwürfeln N: 397.09 kcal F: 29.78 g GF: 13.03 g C: 21.03 g Z: 10.45 g P: 11.75 g S: 1.78 g B: 1.75 BE	Tomatencremesuppe N: 167.72 kcal F: 10.91 g GF: 6.57 g C: 14.28 g Z: 7.00 g P: 2.98 g S: 0.10 g B: 1.19 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	Sauerbraten mit Rotkohl und Kartoffelklößen N: 456.84 kcal F: 13.34 g GF: 6.11 g C: 50.33 g Z: 13.15 g P: 32.30 g S: 2.74 g B: 4.19 BE	Käsesouffles mit Sahnesoße N: 257.75 kcal F: 14.29 g GF: 6.77 g C: 22.34 g Z: 3.41 g P: 8.23 g S: 0.93 g B: 1.86 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

