

KW 24	Menü Vollkost	Menü Vollkost vegetarisch	Dessert
Montag	Cordon Bleu mit Salzkartoffeln, dazu Spargel und Sauce Hollandaise N: 733.50 kcal F: 47.97 g GF: 24.43 g C: 36.92 g Z: 8.49 g P: 37.58 g S: 3.23 g B: 3.08 BE	Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Kräutersoße und Püree N: 361.97 kcal F: 18.00 g GF: 9.10 g C: 38.02 g Z: 5.12 g P: 10.16 g S: 1.35 g B: 3.17 BE	Mousse au Chocolat N: 403.33 kcal F: 31.41 g GF: 18.90 g C: 25.06 g Z: 25.01 g P: 5.86 g S: 0.17 g B: 2.09 BE
Dienstag	Bauernfrühstück mit Gewürzgurke 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	Grießbrei mit Erdbeerfruchtsoße N: 449.72 kcal F: 13.33 g GF: 8.31 g C: 72.26 g Z: 55.18 g P: 8.72 g S: 0.68 g B: 6.03 BE	Himbeerpudding mit Mandelsoße N: 143.56 kcal F: 3.32 g GF: 2.08 g C: 25.42 g Z: 17.34 g P: 2.60 g S: 0.17 g B: 2.12 BE
Mittwoch	Kartoffelsalat mit Würstchen N: 473.85 kcal F: 7.41 g GF: 0.92 g C: 19.56 g Z: 1.79 g P: 2.89 g S: 2.02 g B: 1.62 BE	Tortellini mit Käsesoße und Spinat N: 908.74 kcal F: 26.76 g GF: 14.17 g C: 130.36 g Z: 11.06 g P: 34.55 g S: 3.97 g B: 10.87 BE	Buttermilchdessert N: 55.22 kcal F: 3.00 g GF: 1.81 g C: 3.50 g Z: 3.50 g P: 3.10 g S: 0.10 g B: 0.29 BE
Donnerstag	Hackbraten mit Mischgemüse in Rahm und hausgemachtes Kartoffelpüree N: 709.93 kcal F: 41.74 g GF: 19.27 g C: 55.23 g Z: 15.36 g P: 28.05 g S: 1.37 g B: 4.59 BE	Pfannkuchen mit Apfelmus und Zimt und Zucker N: 261.68 kcal F: 5.47 g GF: 1.92 g C: 47.20 g Z: 27.40 g P: 5.12 g S: 0.31 g B: 3.93 BE	Flammeri mit Fruchtsoße N: 169.69 kcal F: 4.94 g GF: 3.13 g C: 27.55 g Z: 20.64 g P: 3.30 g S: 0.26 g B: 2.30 BE
Freitag	Gedämpftes Fischfilet auf Senfsoße mit Kartoffeln und Gurkensalat N: 362.05 kcal F: 10.12 g GF: 3.90 g C: 39.23 g Z: 10.32 g P: 27.02 g S: 2.86 g B: 3.27 BE	Backkartoffel mit Kräuterquark und Salat N: 359.16 kcal F: 10.98 g GF: 4.67 g C: 49.80 g Z: 7.04 g P: 13.25 g S: 0.87 g B: 4.15 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
Samstag	Kartoffelsuppe mit Speck N: 439.30 kcal F: 31.85 g GF: 14.64 g C: 29.62 g Z: 7.83 g P: 8.48 g S: 1.76 g B: 2.47 BE	vegetarische Cremesuppe mit Brot N: 244.02 kcal F: 3.52 g GF: 1.92 g C: 43.66 g Z: 15.70 g P: 8.26 g S: 0.39 g B: 3.63 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	Bauernroulade "Hausfrauen Art" mit Soße, Mischgemüse und Salzkartoffeln N: 371.69 kcal F: 12.76 g GF: 5.13 g C: 38.87 g Z: 7.83 g P: 24.16 g S: 2.65 g B: 3.23 BE	Omelett gefüllt mit Champignon dazu Kräutersoße N: 216.10 kcal F: 15.15 g GF: 5.71 g C: 6.58 g Z: 3.97 g P: 13.57 g S: 2.95 g B: 0.54 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

