



KW 25	Menü Vollkost	Menü Vollkost vegetarisch	Dessert
Montag	Zwiebelkuchen mit Speck N: 341.53 kcal F: 18.17 g GF: 9.54 g C: 33.32 g Z: 5.89 g P: 10.84 g S: 0.91 g B: 2.78 BE	Kaiserschmarrn mit Rhababer-Erdbeer-Kompott und Vanillesoße N: 982.00 kcal F: 41.11 g GF: 13.74 g C: 120.82 g Z: 65.73 g P: 30.04 g S: 0.55 g B: 10.07 BE	Vanillepudding mit Schokoladensoße N: 90.61 kcal F: 1.72 g GF: 1.06 g C: 14.02 g Z: 10.43 g P: 4.34 g S: 0.21 g B: 1.17 BE
Dienstag	Schaschlikpfanne mit Reis N: 458.47 kcal F: 19.00 g GF: 6.31 g C: 55.98 g Z: 10.23 g P: 15.26 g S: 0.54 g B: 4.67 BE	Spinatknödel mit Tomatensoße N: 256.44 kcal F: 13.23 g GF: 3.53 g C: 27.29 g Z: 10.08 g P: 7.01 g S: 0.93 g B: 2.28 BE	Birnen Kompott 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	Lasagne Bolognese N: 349.89 kcal F: 23.41 g GF: 11.14 g C: 19.73 g Z: 6.44 g P: 15.07 g S: 2.83 g B: 1.65 BE	Eierfrikassee mit Salzkartoffeln N: 351.65 kcal F: 13.91 g GF: 6.10 g C: 39.63 g Z: 6.05 g P: 16.12 g S: 2.54 g B: 3.30 BE	Mangocreme N: 109.63 kcal F: 3.01 g GF: 1.80 g C: 16.73 g Z: 16.59 g P: 3.23 g S: 0.10 g B: 1.39 BE
Donnerstag	Hackfleischpfanne mit Kartoffeln N: 464.58 kcal F: 20.72 g GF: 8.01 g C: 41.09 g Z: 11.67 g P: 27.42 g S: 2.32 g B: 3.42 BE	Kartoffel Brokkoli Auflauf N: 345.85 kcal F: 20.27 g GF: 12.04 g C: 20.17 g Z: 4.47 g P: 20.28 g S: 2.23 g B: 1.68 BE	Rote Grütze mit Vanillesoße N: 134.53 kcal F: 0.84 g GF: 0.50 g C: 30.18 g Z: 20.13 g P: 1.00 g S: 0.10 g B: 2.52 BE
Freitag	Brathering mit Bratkartoffeln und gemischter Salat N: 690.42 kcal F: 46.03 g GF: 8.09 g C: 46.29 g Z: 6.79 g P: 22.41 g S: 1.35 g B: 3.86 BE	vegetarisches Bauernfrühstück mit Gewürzgurke N: 342.59 kcal F: 16.03 g GF: 3.15 g C: 35.65 g Z: 5.39 g P: 12.53 g S: 0.78 g B: 2.97 BE	Quarkspeise N: 117.87 kcal F: 7.20 g GF: 4.68 g C: 7.56 g Z: 6.79 g P: 5.82 g S: 0.08 g B: 0.63 BE
Samstag	Spargelsuppe mit Fleischklößchen und Brot N: 386.20 kcal F: 18.07 g GF: 10.45 g C: 38.20 g Z: 10.37 g P: 17.31 g S: 0.66 g B: 3.19 BE	Cremesuppe N: 195.54 kcal F: 3.28 g GF: 1.86 g C: 33.89 g Z: 15.46 g P: 6.62 g S: 0.24 g B: 2.81 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	Senf-Schweinebraten mit Soße, Salzkartoffeln und Mischgemüse N: 494.10 kcal F: 21.52 g GF: 8.98 g C: 46.81 g Z: 10.56 g P: 27.26 g S: 2.26 g B: 3.89 BE	Pilzragout mit Klöße 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	Eisbecher 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

