



KW 27	Menü Vollkost	Menü Vollkost vegetarisch	Dessert
Montag	Bratkartoffeln mit Sülze und Remoulade N: 563.53 kcal F: 35.13 g GF: 10.23 g C: 27.70 g Z: 5.42 g P: 33.77 g S: 2.62 g B: 2.31 BE	Quark Grieß Auflauf mit Vanillesoße N: 375.33 kcal F: 6.66 g GF: 3.30 g C: 58.24 g Z: 45.36 g P: 18.89 g S: 0.40 g B: 4.86 BE	Götterspeise mit Vanillesoße N: 63.72 kcal F: 0.70 g GF: 0.47 g C: 12.61 g Z: 12.12 g P: 1.55 g S: 0.03 g B: 1.05 BE
Dienstag	Köttbullar mit Champignonrahmsoße und Püree N: 419.68 kcal F: 15.07 g GF: 8.75 g C: 45.02 g Z: 11.21 g P: 25.28 g S: 1.36 g B: 3.74 BE	Senfeier mit Salzkartoffeln und Rote Bete N: 456.51 kcal F: 25.25 g GF: 10.69 g C: 33.99 g Z: 11.28 g P: 22.27 g S: 12.20 g B: 2.83 BE	Obstsalat N: 72.08 kcal F: 0.22 g GF: 0.07 g C: 16.36 g Z: 15.56 g P: 0.36 g S: 0.07 g B: 1.36 BE
Mittwoch	Bunte Nudeln mit Tomatensoße und Fleischklößchen N: 355.20 kcal F: 11.10 g GF: 2.41 g C: 47.08 g Z: 8.02 g P: 16.20 g S: 2.06 g B: 3.93 BE	gefüllter Germknödel mit Mandelsoße N: 546.90 kcal F: 6.24 g GF: 3.26 g C: 106.00 g Z: 42.66 g P: 12.59 g S: 0.93 g B: 8.82 BE	Strudelpudding N: 85.34 kcal F: 2.36 g GF: 1.51 g C: 13.80 g Z: 9.28 g P: 1.99 g S: 0.11 g B: 1.15 BE
Donnerstag	Gyros mit Reis, Zaziki und Krautsalat N: 614.47 kcal F: 29.40 g GF: 5.16 g C: 41.64 g Z: 7.60 g P: 44.90 g S: 3.82 g B: 3.47 BE	Nudelaufwurf mit Gemüse und Soße N: 361.14 kcal F: 15.02 g GF: 5.45 g C: 43.65 g Z: 18.12 g P: 12.18 g S: 1.04 g B: 3.63 BE	Erdbeerschnee N: 209.98 kcal F: 6.93 g GF: 3.58 g C: 34.29 g Z: 26.86 g P: 1.62 g S: 0.08 g B: 2.86 BE
Freitag	Schlemmerfilet mit Dillsoße und Kartoffeln N: 464.91 kcal F: 22.46 g GF: 10.76 g C: 36.16 g Z: 3.95 g P: 28.70 g S: 2.45 g B: 3.02 BE	Bunte Pfanne mit Gemüse und Reis 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	Fruchtjoghurt N: 87.70 kcal F: 2.41 g GF: 1.44 g C: 13.38 g Z: 13.27 g P: 2.58 g S: 0.08 g B: 1.11 BE
Samstag	Tomatensuppen Topf mit Klößchen und Nudeln N: 311.00 kcal F: 15.12 g GF: 6.80 g C: 30.71 g Z: 9.19 g P: 12.22 g S: 1.59 g B: 2.56 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	Burgunderbraten mit Soße, Brechbohnen und Salzkartoffeln N: 404.67 kcal F: 11.62 g GF: 4.90 g C: 45.61 g Z: 9.30 g P: 28.12 g S: 7.67 g B: 3.79 BE	Gemüsestrudel mit Sahnesoße N: 540.89 kcal F: 40.04 g GF: 23.29 g C: 24.48 g Z: 7.34 g P: 21.11 g S: 2.73 g B: 2.02 BE	Eisbecher N: 214.47 kcal F: 15.40 g GF: 8.85 g C: 16.34 g Z: 15.71 g P: 2.90 g S: 0.09 g B: 1.36 BE

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

