



KW 40	Menü Vollkost	Menü Vollkost vegetarisch	Dessert
Montag	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	Hausgemachte Quarkplinsen mit Apfelkompott N: 464.62 kcal F: 17.69 g GF: 9.26 g C: 51.56 g Z: 29.41 g P: 23.39 g S: 0.22 g B: 4.30 BE	Götterspeise mit Vanillesoße N: 78.24 kcal F: 0.70 g GF: 0.47 g C: 15.87 g Z: 15.38 g P: 1.86 g S: 0.03 g B: 1.32 BE
Dienstag	Szegediner-Gulasch mit Salzkartoffeln N: 432.55 kcal F: 20.50 g GF: 7.35 g C: 36.63 g Z: 7.25 g P: 24.06 g S: 2.63 g B: 3.05 BE	Schupfnudelpfanne N: 440.13 kcal F: 35.99 g GF: 12.28 g C: 16.43 g Z: 5.66 g P: 13.25 g S: 1.55 g B: 1.37 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
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	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	Strudelpudding N: 69.46 kcal F: 2.03 g GF: 1.25 g C: 10.94 g Z: 6.90 g P: 1.68 g S: 0.10 g B: 0.91 BE
Donnerstag	gebratene Leber mit Schmorzwiebeln und hausgemachtes Kartoffelpüree N: 425.32 kcal F: 18.86 g GF: 8.60 g C: 39.26 g Z: 7.48 g P: 23.67 g S: 0.28 g B: 3.28 BE	Kartoffel Zucchini Puffer mit Kräuterdip N: 435.26 kcal F: 25.21 g GF: 4.46 g C: 40.65 g Z: 8.77 g P: 10.72 g S: 1.42 g B: 3.39 BE	Pfirsichkompott N: 44.14 kcal F: 0.07 g GF: 0.01 g C: 10.09 g Z: 9.70 g P: 0.44 g S: 0.00 g B: 0.84 BE
Freitag	Schweineroulade nach Jäger Art mit Soße, Mischgemüse und Kartoffelklöße N: 707.10 kcal F: 42.08 g GF: 17.51 g C: 49.69 g Z: 9.28 g P: 32.35 g S: 2.36 g B: 4.13 BE	Pilzragout mit Kartoffelpüree N: 208.38 kcal F: 7.37 g GF: 4.48 g C: 25.55 g Z: 10.12 g P: 9.55 g S: 0.49 g B: 2.11 BE	Quarkspeise 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	Erbseintopf mit Kasseler N: 240.58 kcal F: 2.21 g GF: 0.76 g C: 30.71 g Z: 10.30 g P: 23.11 g S: 1.78 g B: 2.55 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	Frisches Obst N: 89.56 kcal F: 0.18 g GF: 0.06 g C: 20.03 g Z: 17.27 g P: 1.15 g S: 0.00 g B: 1.67 BE
Sonntag	Hähnchen Cordon Bleu mit Kroketten, Leipziger Allerlei und Sauce Hollandaise N: 844.32 kcal F: 55.56 g GF: 30.00 g C: 45.02 g Z: 5.58 g P: 40.49 g S: 1.96 g B: 3.75 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: 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

