



KW 24	Menü Vollkost	Menü Vollkost vegetarisch	Dessert
Montag	Bratwurst mit Rahmporree und Kartoffelstampf N: 503.31 kcal F: 19.15 g GF: 9.57 g C: 49.08 g Z: 12.46 g P: 32.32 g S: 2.83 g B: 4.09 BE	Fruchtsuppe mit Grießklößchen N: 468.83 kcal F: 14.50 g GF: 6.57 g C: 73.36 g Z: 55.65 g P: 7.60 g S: 0.99 g B: 6.11 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	Rindergeschnetzeltes Stroganoff mit Spätzle N: 327.97 kcal F: 9.04 g GF: 4.31 g C: 32.95 g Z: 4.86 g P: 27.91 g S: 2.72 g B: 2.74 BE	Nudelsalat N: 361.24 kcal F: 11.31 g GF: 5.31 g C: 53.52 g Z: 3.44 g P: 10.69 g S: 1.16 g B: 4.45 BE	Vanille-Joghurt 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	Bunte Nudeln mit Champignon-Schinken-Käsesahnesoße N: 320.97 kcal F: 10.51 g GF: 5.07 g C: 38.67 g Z: 3.11 g P: 17.33 g S: 1.87 g B: 3.21 BE	Marillenknödel mit Fruchtsoße N: 379.27 kcal F: 11.10 g GF: 3.79 g C: 65.01 g Z: 42.91 g P: 11.59 g S: 0.54 g B: 5.43 BE	Strudelpudding N: 221.53 kcal F: 6.14 g GF: 3.93 g C: 35.81 g Z: 24.07 g P: 5.16 g S: 0.29 g B: 2.99 BE
Donnerstag	Schweinebauch paniert mit Rahmgemüse und Salzkartoffeln N: 551.32 kcal F: 22.01 g GF: 10.26 g C: 63.64 g Z: 10.40 g P: 23.48 g S: 2.86 g B: 5.30 BE	Spätzlepfanne N: 330.74 kcal F: 17.04 g GF: 6.34 g C: 35.64 g Z: 8.96 g P: 8.58 g S: 0.49 g B: 2.97 BE	Kompott mit Vanillesoße N: 94.43 kcal F: 0.84 g GF: 0.52 g C: 19.79 g Z: 18.31 g P: 0.96 g S: 0.03 g B: 1.65 BE
Freitag	Gedämpftes Kabeljaufilet auf Senfsoße mit Kartoffeln und Eisbergsalat mit Joghurtdressing N: 348.20 kcal F: 6.98 g GF: 3.78 g C: 42.01 g Z: 12.24 g P: 27.48 g S: 2.83 g B: 3.50 BE	Nudelaufauf mit Gemüse und Tomatensoße 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	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	Blumenkohlsuppe mit Wursteinlage N: 351.41 kcal F: 24.05 g GF: 8.24 g C: 20.27 g Z: 7.20 g P: 13.32 g S: 1.12 g B: 1.70 BE	Cremesuppe mit Brot N: 259.49 kcal F: 3.78 g GF: 2.07 g C: 46.34 g Z: 16.92 g P: 8.79 g S: 0.41 g B: 3.85 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	Putenoberkeule mit Soße dazu Sommer Gemüse und Kartoffeln N: 496.15 kcal F: 16.24 g GF: 5.63 g C: 49.37 g Z: 9.96 g P: 36.67 g S: 2.59 g B: 4.10 BE	Gemüseschnitzel mit Hollandaise und Püree N: 1053.55 kcal F: 72.39 g GF: 40.99 g C: 83.80 g Z: 12.59 g P: 14.94 g S: 9.38 g B: 6.98 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

