



KW 26	Menü Vollkost	Menü Vollkost vegetarisch	Dessert
Montag	Schnitzel Wiener Art mit Kroketten, Ketchup und Beilagensalat N: 447.55 kcal F: 16.65 g GF: 8.80 g C: 33.27 g Z: 5.59 g P: 40.27 g S: 1.07 g B: 2.78 BE	Armer Ritter mit Vanillesoße N: 394.78 kcal F: 9.44 g GF: 4.01 g C: 63.08 g Z: 28.09 g P: 13.03 g S: 1.30 g B: 5.25 BE	Vanillepudding mit Schokoladensoße N: 117.83 kcal F: 1.84 g GF: 1.16 g C: 20.16 g Z: 12.25 g P: 4.71 g S: 0.24 g B: 1.68 BE
Dienstag	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	Gebackener Camembert mit Preiselbeeren und Brot, Beilagensalat N: 617.72 kcal F: 38.90 g GF: 17.40 g C: 40.88 g Z: 6.91 g P: 25.12 g S: 3.36 g B: 3.41 BE	Joghurtspeise mit Frucht 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	Milchnudeln mit Zimt und Zucker N: 309.96 kcal F: 7.51 g GF: 4.59 g C: 51.55 g Z: 39.78 g P: 8.19 g S: 0.22 g B: 4.30 BE	Nuss Pudding N: 94.80 kcal F: 2.86 g GF: 1.90 g C: 14.31 g Z: 9.23 g P: 2.70 g S: 0.13 g B: 1.19 BE
Donnerstag	gebratene Leber mit Schmorzwiebeln und Apfelmus dazu Kartoffelstampf N: 460.81 kcal F: 20.82 g GF: 8.52 g C: 44.25 g Z: 12.87 g P: 23.16 g S: 0.28 g B: 3.69 BE	Bunte Gemüse-Reispfanne 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	Frucht Cocktail N: 59.95 kcal F: 0.50 g GF: 0.50 g C: 14.00 g Z: 14.00 g P: 0.50 g S: 0.01 g B: 1.17 BE
Freitag	Heringshappen in Sahnesoße mit Pellkartoffeln und Tomatensalat N: 403.70 kcal F: 20.49 g GF: 4.82 g C: 32.93 g Z: 4.12 g P: 17.83 g S: 2.05 g B: 2.74 BE	Schupfnudeln mit Ratatouille-Gemüse und Feta N: 370.67 kcal F: 9.48 g GF: 3.89 g C: 54.34 g Z: 6.37 g P: 15.59 g S: 1.09 g B: 4.51 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	Spargelsuppe mit Fleischklößchen N: 392.78 kcal F: 21.05 g GF: 12.33 g C: 33.56 g Z: 12.10 g P: 17.07 g S: 0.52 g B: 2.80 BE	Cremesuppe mit Brot N: 294.65 kcal F: 4.37 g GF: 2.40 g C: 52.44 g Z: 19.70 g P: 9.98 g S: 0.45 g B: 4.36 BE	Obst der Saison N: 161.21 kcal F: 0.32 g GF: 0.10 g C: 36.05 g Z: 31.08 g P: 2.07 g S: 0.01 g B: 3.01 BE
Sonntag	Kasselernacken mit Soße, Salzkartoffeln und Gemüse-Mix N: 417.99 kcal F: 11.71 g GF: 4.47 g C: 44.77 g Z: 8.62 g P: 31.95 g S: 4.68 g B: 3.72 BE	Pilzragout mit Kartoffelklöße N: 237.74 kcal F: 5.55 g GF: 3.51 g C: 35.84 g Z: 8.20 g P: 10.25 g S: 0.48 g B: 2.97 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

