

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

30.01.2023 - 03.02.2023



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	<p>Spirellis(a1) mit vegetarischer Bolognese (a1,j), Reibekäse (c) und Salat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>3 Portionsgewicht: 514,6 g, Fettpunkte: 13, Nährwert kj: 1561 kJ, Nährwert kcal: 372 kcal, Eiweißgehalt: 15,01 g, Fettgehalt: 12,61 g</p>	<p>Pilzgulasch (c) mit Semmelknödel (a1,b,c,d) und Salat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>a1, b, c, d Portionsgewicht: 145 g, Fettpunkte: 19, Nährwert kj: 1769 kJ, Nährwert kcal: 420 kcal, Eiweißgehalt: 17,8 g, Fettgehalt: 19,43 g</p>	<p>Hackbällchenpfanne (a, Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, c,d,j) mit Paprikagemüse und Curryreis und Salat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 534,25 g, Fettpunkte: 38, Nährwert kj: 3215 kJ, Nährwert kcal: 768 kcal, Eiweißgehalt: 24,92 g, Fettgehalt: 38,22 g</p>	<p>Fischrikadelle (a1,e,h) mit Soße(c) dazu Kartoffeln und Balkangemüse</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 390,86 g, Fettpunkte: 8, Nährwert kj: 1331 kJ, Nährwert kcal: 317 kcal, Eiweißgehalt: 14,37 g, Fettgehalt: 8,33 g</p>	<p>Lasagne (a= Weizen, b,c,)(9) mit Spitzkohlsalat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>9 Portionsgewicht: 437,3 g, Fettpunkte: 26, Nährwert kj: 2509 kJ, Nährwert kcal: 602 kcal, Eiweißgehalt: 22,36 g, Fettgehalt: 26,26 g</p> <p>d, h</p>
Menü 2	<p>Gemüsegulasch (a=Weizen,d) mit Butterreis</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 395,35 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 2017 kJ, Nährwert kcal: 479 kcal, Eiweißgehalt: 10,85 g, Fettgehalt: 17,58 g</p>	<p>Hähnchenbrust in Tomatensoße (a1) mit Käse (c) überbacken dazu Schmörgelchen und Bohnen</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>2, 9 Portionsgewicht: 478,7 g, Fettpunkte: 34, Nährwert kj: 2587 kJ, Nährwert kcal: 619 kcal, Eiweißgehalt: 12,33 g, Fettgehalt: 33,88 g</p>	<p>Hähnchenunterkeule mit Soße (a1), Nudeln (a1) und Gemüse</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 585,2 g, Fettpunkte: 21, Nährwert kj: 2769 kJ, Nährwert kcal: 662 kcal, Eiweißgehalt: 41,76 g, Fettgehalt: 20,85 g</p>	<p>Gemüse-Kartoffelauflauf(a1,b,c) mit Käsekräuterkruste (c) dazu Salatbeilage</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 320,4 g, Fettpunkte: 17, Nährwert kj: 1435 kJ, Nährwert kcal: 343 kcal, Eiweißgehalt: 16,07 g, Fettgehalt: 17,44 g</p>	<p>Wirsing durcheinander mit einer Gemüsefrikadelle</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 412,5 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1116 kJ, Nährwert kcal: 266 kcal, Eiweißgehalt: 6,38 g, Fettgehalt: 0,68 g</p>
Menü 3	<p>Gemüsefrikadelle (a=Weizen,b), Kräutersoße (a=Weizen,b,c,j,d,h,i) Kartoffelgratin(c) und Salat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 362,98 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 1072 kJ, Nährwert kcal: 256 kcal, Eiweißgehalt: 5,27 g, Fettgehalt: 2,92 g</p>	<p>Gemüse-Dinos (a1,Roggen,b) mit Kartoffel und Möhren</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 250,1 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 586 kJ, Nährwert kcal: 140 kcal, Eiweißgehalt: 3,06 g, Fettgehalt: 0,17 g</p>	<p>Vegetarisches Schnitzel (a1,d) von verschiedenen Gemüsen mit Kräutersoße (a1,c) , Schmörgelchen und Salat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 326,98 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 841 kJ, Nährwert kcal: 201 kcal, Eiweißgehalt: 13,5 g, Fettgehalt: 3,35 g</p>	<p>Frühlingsrolle (a,a1,b) mit süß-saurer Soße (1,2,3,h), dazu Reis und Salat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>1, 2, 3 Portionsgewicht: 320,45 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 2097 kJ, Nährwert kcal: 498 kcal, Eiweißgehalt: 5,58 g, Fettgehalt: 1,42 g</p>	<p>Käsespätzle (a1,b,c,j) mit Röstzwiebeln(a1,d) und Salat mit Dressing (c)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 918,5 g, Fettpunkte: 29, Nährwert kj: 3564 kJ, Nährwert kcal: 847 kcal, Eiweißgehalt: 29,6 g, Fettgehalt: 28,98 g</p>
Dessert	<p>Saisonobst</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 0 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g</p>	<p>Quark (52) mit Früchten (9)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>c Portionsgewicht: 102,7 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 425 kJ, Nährwert kcal: 101 kcal, Eiweißgehalt: 10,13 g, Fettgehalt: 0,65 g</p>	<p>Joghurt mit Früchten (c)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>c Portionsgewicht: 100 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 353 kJ, Nährwert kcal: 83 kcal, Eiweißgehalt: 2,8 g, Fettgehalt: 3,8 g</p>	<p>Milchreis mit Zimt und Zucker</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 491,2 g, Fettpunkte: 14, Nährwert kj: 2511 kJ, Nährwert kcal: 599 kcal, Eiweißgehalt: 15,94 g, Fettgehalt: 14,26 g</p>	<p>Frischer Obstsalat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 100 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 360 kJ, Nährwert kcal: 86 kcal, Eiweißgehalt: 0,74 g, Fettgehalt: 0,24 g</p>

Inhaltsstoffe:

1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxidationsmittel, 9 = mit Süßungsmitteln

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
--	---------------	-----------------	-----------------	-------------------	----------------

a1 - Weizen, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, h - Senf