

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

29.01.2024 - 02.02.2024



	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>Kartoffeltasche (a1,b,c) , mit Schmörgelchen und Möhrensticks</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 363,65 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 1327 kJ, Nährwert kcal: 317 kcal, Eiweißgehalt: 7,14 g, Fettgehalt: 1,91 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>Hokifilet mit Soße(c) dazu Kartoffeln und Balkangemüse</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 425,86 g, Fettpunkte: 19, Nährwert kj: 1987 kJ, Nährwert kcal: 477 kcal, Eiweißgehalt: 5,51 g, Fettgehalt: 19,05 g</p>	<p>Gyros vom Geflügel (50) (a1,c) mit Reis, Tzatziki (52) (c,d)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 346,9 g, Fettpunkte: 10, Nährwert kj: 2532 kJ, Nährwert kcal: 601 kcal, Eiweißgehalt: 10,55 g, Fettgehalt: 10,44 g</p>
Menü 2	<p>Gemüseglasch (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>Nürnberger Rostbratwürstchen (a1,d,h) mit Soße (a1), Kartoffelpüree (c,d,j) und Sauerkraut</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 499,7 g, Fettpunkte: 41, Nährwert kj: 2499 kJ, Nährwert kcal: 597 kcal, Eiweißgehalt: 15,35 g, Fettgehalt: 41,28 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(c, a1) mit einer Gemüsefrikadelle(c, a1)</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>Blumenkohlbratling (a1,d,h,f,g,i) mit Käsesauce (a1,c) und Spätzle (a1) dazu Salat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>1 Portionsgewicht: 501,1 g, Fettpunkte: 9, Nährwert kj: 2661 kJ, Nährwert kcal: 631 kcal, Eiweißgehalt: 14,68 g, Fettgehalt: 9,46 g</p>	<p>Gemüse-Dinos (a1,Roggen,b) mit Kartoffelnud 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>Gemüsefrikadelle (a1,b) mit Selleriestampf(c) und Salat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>c Portionsgewicht: 231 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 2153 kJ, Nährwert kcal: 510 kcal, Eiweißgehalt: 10,08 g, Fettgehalt: 0,74 g</p>	<p>Vampir-Burger,(Rote-Bete-Puffer)(a1,b,c,d,g,h,,i,j) im Brötchen (a1-6,b,c,i,j) Ketchup, Wedges(a1)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>2 a1, a2, a3, a4, a5, a6 Portionsgewicht: 286,6 g, Fettpunkte: 8, Nährwert kj: 1927 kJ, Nährwert kcal: 460 kcal, Eiweißgehalt: 2,85 g, Fettgehalt: 7,86 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>Keks (a1,c,g)</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>Erdbeerjoghurt (c)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>c Portionsgewicht: 110 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 445 kJ, Nährwert kcal: 106 kcal, Eiweißgehalt: 3,3 g, Fettgehalt: 3,8 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

a1 - Weizen, a2 - Roggen, a3 - Gerste, a4 - Hafer, a5 - Dinkel, a6 - Kamut, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, g - Schalenfrüchte, h - Senf, i - Sesamsamen, j - Soja