

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

03.12.2018 - 07.12.2018



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Tortellini-Spinat-Auflauf (a1,b,c,d) mit Käse (c) überbacken, dazu Salat. Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 280,4 g, Fettpunkte: 23, Nährwert kj: 1404 kJ, Nährwert kcal: 335 kcal, Eiweißgehalt: 19,07 g, Fettgehalt: 22,95 g	Geflügelbratwurst (4,8) mit Kartoffeln und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 4, 8, 9 Portionsgewicht: 339,2 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1529 kJ, Nährwert kcal: 366 kcal, Eiweißgehalt: 6,2 g, Fettgehalt: 0,58 g	Rinderrbraten in brauner Soße (a1) mit Salzkartoffeln und Erbsen (g) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 683,6 g, Fettpunkte: 16, Nährwert kj: 1695 kJ, Nährwert kcal: 404 kcal, Eiweißgehalt: 18,53 g, Fettgehalt: 16,3 g	Backfischfilet (a1,d,e,h) mit Spinat (c) und Salzkartoffeln Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 269,13 g, Fettpunkte: 20, Nährwert kj: 1864 kJ, Nährwert kcal: 445 kcal, Eiweißgehalt: 3,23 g, Fettgehalt: 19,98 g	Kartoffelsuppe (a=Weizen,d) mit Einlage (2,3,4) (a=Weizen,d,g,h) und Brot (a,c,d,f,g,i) Prod. 0 Verk. 0 2, 3, 4 Portionsgewicht: 442,7 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1325 kJ, Nährwert kcal: 349 kcal, Eiweißgehalt: 4,18 g, Fettgehalt: 0,55 g
Menü 2	Eieromlette(b,c) mit Champignon a la Creme (a1,c) und Kartoffelpüree (c,d,j) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 375,8 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 846 kJ, Nährwert kcal: 203 kcal, Eiweißgehalt: 5,73 g, Fettgehalt: 0,95 g	Hackbraten (a1,b,d,h) mit Soße(a1) und Salzkartoffeln, dazu Blattsalat mit Joghurdressing (c) Prod. 0 Verk. 0 9 Portionsgewicht: 349,69 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 1317 kJ, Nährwert kcal: 313 kcal, Eiweißgehalt: 7,75 g, Fettgehalt: 2,72 g	Lasagne (a1, b,c,)(9) mit Rohkost und Joghurdip Prod. 0 Verk. 0 9 Portionsgewicht: 580,7 g, Fettpunkte: 19, Nährwert kj: 2030 kJ, Nährwert kcal: 485 kcal, Eiweißgehalt: 24,9 g, Fettgehalt: 19,16 g	Gyros vom Geflügel (a1,c) mit Vollkornreis und Tzatziki (c,d) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 317,9 g, Fettpunkte: 9, Nährwert kj: 2147 kJ, Nährwert kcal: 511 kcal, Eiweißgehalt: 8,28 g, Fettgehalt: 9,44 g	Blumenkohlbratling (a1,d,h,g,i,f) mit Kartoffeln, Bechamelsauce (a1,c) und Rahmgemüse Prod. 0 Verk. 0 1, 2 Portionsgewicht: 462 g, Fettpunkte: 17, Nährwert kj: 1614 kJ, Nährwert kcal: 383 kcal, Eiweißgehalt: 22,49 g, Fettgehalt: 16,64 g
Menü 3	Blumenkohlkartoffelaufbau f (a1,b,c) mit Käsekräuterkruste (c,d) , dazu Rohkost Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 1468,65 g, Fettpunkte: 28, Nährwert kj: 2635 kJ, Nährwert kcal: 625 kcal, Eiweißgehalt: 44,42 g, Fettgehalt: 27,76 g	vegetarische Bratwurst (a1,d,j), Soße (a1) Salzkartoffeln, dazu Blattsalat mit Joghurdressing (c) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 398,89 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 927 kJ, Nährwert kcal: 221 kcal, Eiweißgehalt: 15,77 g, Fettgehalt: 3,64 g	Kartoffeltasche (a1,b,c) , mit Kartoffeln und Erbsen (g) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 326 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 986 kJ, Nährwert kcal: 235 kcal, Eiweißgehalt: 10,59 g, Fettgehalt: 2,06 g	Eieromelette(b,c) mit Spinat(c) und Kartoffeln Prod. 0 Verk. 0 b, c Portionsgewicht: 338,26 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 887 kJ, Nährwert kcal: 212 kcal, Eiweißgehalt: 3,35 g, Fettgehalt: 0,64 g	Vampir-Burger,(Rote-Bete-Puffer) (a-Mais,Kichererbsen) im Brötchen (a1) mit Salat, Ketchup (9), Wedges Prod. 0 Verk. 0 a, c, j 8, 9 Portionsgewicht: 286,6 g, Fettpunkte: 6, Nährwert kj: 1560 kJ, Nährwert kcal: 375 kcal, Eiweißgehalt: 8,97 g, Fettgehalt: 6,47 g
Dessert	Saisonobst Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 0 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Vanillepudding(c) Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, g Portionsgewicht: 128 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 725 kJ, Nährwert kcal: 173 kcal, Eiweißgehalt: 3,42 g, Fettgehalt: 3,64 g	Kirschjoghurt (c) Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 100 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 275 kJ, Nährwert kcal: 66 kcal, Eiweißgehalt: 3,3 g, Fettgehalt: 3,8 g	Milchreis (c) mit Zimt-Zucker Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 466,75 g, Fettpunkte: 13, Nährwert kj: 2704 kJ, Nährwert kcal: 645 kcal, Eiweißgehalt: 17,56 g, Fettgehalt: 12,83 g	Saisonobst Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 0 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g

Inhaltsstoffe:

1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln

a - Glutenhaltiges Getreide, a1 - Weizen, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, g - Schalenfrüchte, j - Soja