

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

20.03.2023 - 24.03.2023



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Eieromlette(b,c) mit Leipziger Allerlei und Kartoffelbrei (c,d,j) Prod. 0 3 Portionsgewicht: 243 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 1066 kJ, Nährwert kcal: 255 kcal, Eiweißgehalt: 2,11 g, Fettgehalt: 2,53 g	Hähnchenkeule mit Sauce (a=Weizen), Schmörgelchen und Salat Prod. 0 Portionsgewicht: 411,2 g, Fettpunkte: 20, Nährwert kj: 1940 kJ, Nährwert kcal: 463 kcal, Eiweißgehalt: 35,61 g, Fettgehalt: 19,82 g	Putengeschnetzeltes 'Asia' (a=Weizen,d) mit Reis und Salat Prod. 0 Portionsgewicht: 247,35 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1410 kJ, Nährwert kcal: 334 kcal, Eiweißgehalt: 5,56 g, Fettgehalt: 1,35 g	Backfisch(53,54) (a1,d,g,h)mit Kräuterkartoffeln und Rahmgemüse (50)(c) Prod. 0 Portionsgewicht: 337,5 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 788 kJ, Nährwert kcal: 187 kcal, Eiweißgehalt: 4,86 g, Fettgehalt: 2,52 g	Gemüselasagne (a1,b,c) und Blattsalat und Joghurdressing (c) Prod. 0 Portionsgewicht: 365,78 g, Fettpunkte: 13, Nährwert kj: 2231 kJ, Nährwert kcal: 536 kcal, Eiweißgehalt: 18,71 g, Fettgehalt: 13,14 g
Menü 2	Spirellis(a1,) mit Tomatengemüsesoße(9) und Salat Prod. 0 Portionsgewicht: 1115,34 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 1725 kJ, Nährwert kcal: 407 kcal, Eiweißgehalt: 13,33 g, Fettgehalt: 1,75 g	Currywurst (4,8,9) mit Wedges und Salat Prod. 0 1, 2, 4, 8, 9 Portionsgewicht: 307,06 g, Fettpunkte: 24, Nährwert kj: 2371 kJ, Nährwert kcal: 566 kcal, Eiweißgehalt: 10,41 g, Fettgehalt: 23,56 g	Schupfnudeln(b,c,d) mit Gemüse und Kräuterquark(c) Prod. 0 Portionsgewicht: 569,5 g, Fettpunkte: 8, Nährwert kj: 3018 kJ, Nährwert kcal: 722 kcal, Eiweißgehalt: 20,2 g, Fettgehalt: 7,65 g	Tortellini-Spinat-Auflauf (a1,b,c,d) mit Käse (c) überbacken, dazu Salat. Prod. 0 Portionsgewicht: 280,4 g, Fettpunkte: 23, Nährwert kj: 1405 kJ, Nährwert kcal: 336 kcal, Eiweißgehalt: 19,13 g, Fettgehalt: 22,95 g	Vollkornnudeleintopf(a1) mit Paprika, Möhren und Mais Prod. 0 Portionsgewicht: 132 g, Fettpunkte: 6, Nährwert kj: 920 kJ, Nährwert kcal: 220 kcal, Eiweißgehalt: 7,42 g, Fettgehalt: 5,55 g
Menü 3	Nudelaufauf 'vegetarisch' (9,a=Weizen,c,d) mit Käse (c) überbacken Salat Prod. 0 Portionsgewicht: 289,48 g, Fettpunkte: 10, Nährwert kj: 1378 kJ, Nährwert kcal: 328 kcal, Eiweißgehalt: 14,12 g, Fettgehalt: 10,43 g	Rotes Linsengemüse (g,d) auf Spätzle (a1,b,c), dazu Mandarinen-Eisberg-Salat (c,9) Prod. 0 Portionsgewicht: 2486,8 g, Fettpunkte: 10, Nährwert kj: 7965 kJ, Nährwert kcal: 1903 kcal, Eiweißgehalt: 107,76 g, Fettgehalt: 10,32 g	Spinatknödel (a1,b,c,d) mit Käsesoße(a1,c) Blattsalat und Joghurdressing (c) Prod. 0 1 Portionsgewicht: 222,3 g, Fettpunkte: 11, Nährwert kj: 858 kJ, Nährwert kcal: 206 kcal, Eiweißgehalt: 16,21 g, Fettgehalt: 10,8 g	Gemüse-Knusperbagel (a1,b,d) mit Djuwetschreis und Kräuterquarkdipp (c) Prod. 0 Portionsgewicht: 604,5 g, Fettpunkte: 8, Nährwert kj: 1875 kJ, Nährwert kcal: 448 kcal, Eiweißgehalt: 16,36 g, Fettgehalt: 8,29 g	Ofenkartoffel mit Kräuterquark (c) Salat Prod. 0 Portionsgewicht: 291,65 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 918 kJ, Nährwert kcal: 219 kcal, Eiweißgehalt: 8,19 g, Fettgehalt: 1,82 g
Dessert	Saisonobst Prod. 0 Portionsgewicht: 0 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Vanillequark Prod. 0 c Portionsgewicht: 21 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 340 kJ, Nährwert kcal: 81 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Schokoladenpudding (1) (c,b,j,a,g) Prod. 0 a, b, c, g, j Portionsgewicht: 158 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 618 kJ, Nährwert kcal: 146 kcal, Eiweißgehalt: 4,9 g, Fettgehalt: 4,2 g	Grießbrei (a1,b,c) mit Kirschen(a1) Prod. 0 a1, c Portionsgewicht: 173 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 1156 kJ, Nährwert kcal: 275 kcal, Eiweißgehalt: 3,71 g, Fettgehalt: 2,74 g	Saisonobst Prod. 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