

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

14.01.2019 - 18.01.2019



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Nudeln(a1) mit Bolognese (9)(d,h), Salat Prod. 0 9 Portionsgewicht: 507,68 g, Fettpunkte: 36, Nährwert kj: 2783 kJ, Nährwert kcal: 662 kcal, Eiweißgehalt: 19,16 g, Fettgehalt: 36,4 g	Hackbraten (a1,b,d,h) mit Soße(a1) und Salzkartoffeln, dazu Broccoli Prod. 0 9 Portionsgewicht: 411,8 g, Fettpunkte: 19, Nährwert kj: 1926 kJ, Nährwert kcal: 458 kcal, Eiweißgehalt: 9,55 g, Fettgehalt: 18,73 g	Putengeschnetzeltes(a1, c) mit Nudeln (a1) und Gemüse (a1,c) Prod. 0 9 Portionsgewicht: 670,4 g, Fettpunkte: 21, Nährwert kj: 2488 kJ, Nährwert kcal: 590 kcal, Eiweißgehalt: 13,67 g, Fettgehalt: 21,09 g	Backfischfilet (a1,d,e,h) mit Spinat (c) und Salzkartoffeln Prod. 0 9 Portionsgewicht: 338,5 g, Fettpunkte: 20, Nährwert kj: 1864 kJ, Nährwert kcal: 445 kcal, Eiweißgehalt: 3,23 g, Fettgehalt: 19,98 g	Pizzasuppe (a1,c,d) mit Brotbeilage(a1,c,d,f,g,i) Prod. 0 9 Portionsgewicht: 471,92 g, Fettpunkte: 41, Nährwert kj: 2569 kJ, Nährwert kcal: 613 kcal, Eiweißgehalt: 28,86 g, Fettgehalt: 40,78 g
Menü 2	Eier gekocht in Kräutersoße(a1,c), dazu Kartoffelbrei (c,d,j) und Gemüse Prod. 0 9 Portionsgewicht: 422,98 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 778 kJ, Nährwert kcal: 186 kcal, Eiweißgehalt: 16,75 g, Fettgehalt: 1,35 g	Hokifilet (a1,e,c,i) in Sauerrahmsoße (a1, c), Kartoffeln und Gemüse Prod. 0 9 Portionsgewicht: 428,76 g, Fettpunkte: 22, Nährwert kj: 1733 kJ, Nährwert kcal: 413 kcal, Eiweißgehalt: 25,5 g, Fettgehalt: 21,7 g	Möhren durcheinander (a1,c) mit einer Frikadelle (a1,b,d,h,i) Prod. 0 9 Portionsgewicht: 284,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 1037 kJ, Nährwert kcal: 249 kcal, Eiweißgehalt: 0,21 g, Fettgehalt: 0,12 g	Gyros vom Geflügel (50) (a1,c) mit Reis, Tzatziki (52) (c,d) und Salat Prod. 0 9 Portionsgewicht: 312,9 g, Fettpunkte: 9, Nährwert kj: 2147 kJ, Nährwert kcal: 511 kcal, Eiweißgehalt: 8,28 g, Fettgehalt: 9,44 g	Blumenkohlbratling (a1,d,h,f,g,i) mit Käsesauce (a1,c) und Reis dazu Salat Prod. 0 9 Portionsgewicht: 387,45 g, Fettpunkte: 22, Nährwert kj: 2383 kJ, Nährwert kcal: 566 kcal, Eiweißgehalt: 26,27 g, Fettgehalt: 21,57 g
Menü 3	Spinat-Käse-Taler (b,c) mit Kartoffelpüree (c,d,j) und Tomatensoße (a1), dazu Salat mit Joghurdressing(c) Prod. 0 9 Portionsgewicht: 495,62 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 1072 kJ, Nährwert kcal: 256 kcal, Eiweißgehalt: 18,02 g, Fettgehalt: 4,31 g	Pilzgulasch (c) mit Kartoffelpüree (c,d,j) und Salat Prod. 0 9 Portionsgewicht: 286 g, Fettpunkte: 15, Nährwert kj: 1055 kJ, Nährwert kcal: 252 kcal, Eiweißgehalt: 6,06 g, Fettgehalt: 15,1 g	Kartoffeltasche (a1,b,c) , mit Schmörgelchen und Rohkost mit Dip Prod. 0 9 Portionsgewicht: 381,65 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 1076 kJ, Nährwert kcal: 257 kcal, Eiweißgehalt: 15,54 g, Fettgehalt: 4,06 g	veg. Kohlroulade (a1,b) mit brauner Soße (a1), Salzkartoffeln und Apfelrotkohl (9) Prod. 0 9 Portionsgewicht: 573,8 g, Fettpunkte: 5, Nährwert kj: 1229 kJ, Nährwert kcal: 294 kcal, Eiweißgehalt: 22,43 g, Fettgehalt: 4,98 g	Sternchensuppe (a1) Sächsische Quarkkeulchen (a1,b,c) mit Apfelmus(9) Prod. 0 9 Portionsgewicht: 530 g, Fettpunkte: 26, Nährwert kj: 3331 kJ, Nährwert kcal: 797 kcal, Eiweißgehalt: 24,95 g, Fettgehalt: 26,44 g
Dessert	Saisonobst Prod. 0 9 Portionsgewicht: 0 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Vanillepudding(c) Prod. 0 9 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 9 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 9 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 9 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, 9 = mit Süßungsmitteln

a1 - Weizen, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, g - Schalenfrüchte