

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

15.01.2018 - 19.01.2018



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Nudeln(a1) mit Bolognese (9)(d,h), Salat Prod. 0 g Portionsgewicht: 507,68 g, Nährwert kcal: 662 kcal, Kohlenhydrate: 61,59 g, Ballaststoffe: 4,76 g, Broteinheiten: 5 BE	Putenschnitzel (a1,b,h) mit brauner Sauce, Salzkartoffeln, Salat mit Dressing (c) Prod. 0 g Portionsgewicht: 414,92 g, Nährwert kcal: 355 kcal, Kohlenhydrate: 25,25 g, Ballaststoffe: 3,4 g, Broteinheiten: 2 BE	Putengeschnetzeltes(a1, c) mit Nudeln (a1) und Gemüse (a1,c) Prod. 0 g Portionsgewicht: 670,4 g, Nährwert kcal: 590 kcal, Kohlenhydrate: 65,4 g, Ballaststoffe: 8,27 g, Broteinheiten: 5,5 BE	Backfischfilet (a=Weizen,d,e,h) mit Spinat (c) und Salzkartoffeln Prod. 0 g Portionsgewicht: 338,5 g, Nährwert kcal: 445 kcal, Kohlenhydrate: 22,23 g, Ballaststoffe: 5,81 g, Broteinheiten: 2 BE	Pizzasuppe (a1,c,d) mit Brotbeilage(a1,c,d,f,g,i) Prod. 0 g Portionsgewicht: 471,92 g, Nährwert kcal: 613 kcal, Kohlenhydrate: 33,06 g, Ballaststoffe: 6,03 g, Broteinheiten: 3 BE
Menü 2	Eier gekocht in Kräutersoße(a1,c), dazu Kartoffelbrei (c,d,j) und Gemüse Prod. 0 g Portionsgewicht: 422,98 g, Nährwert kcal: 186 kcal, Kohlenhydrate: 25,86 g, Ballaststoffe: 7,8 g, Broteinheiten: 2 BE	Hokifilet (a1,e,c,i) mit Sauerrahmsauce (a=Weizen, c), Kartoffeln und Gemüse Prod. 0 g Portionsgewicht: 428,76 g, Nährwert kcal: 413 kcal, Kohlenhydrate: 28,39 g, Ballaststoffe: 7,2 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Möhren durcheinander (a=Weizen,c) mit einer Frikadelle (a=Weizen,d,h,i) Prod. 0 g Portionsgewicht: 284,5 g, Nährwert kcal: 249 kcal, Kohlenhydrate: 1,31 g, Ballaststoffe: 5,58 g, Broteinheiten: 1 BE	Gyros vom Geflügel (50) (a1,c) mit Reis, Tzatziki (52) (c,d) und Salat Prod. 0 g Portionsgewicht: 409,15 g, Nährwert kcal: 600 kcal, Kohlenhydrate: 62,45 g, Ballaststoffe: 2,05 g, Broteinheiten: 5,5 BE	Blumenkohlbratling (a1,d,h)mit Käsesauce (a=Weizen,c) und Reis Salat Prod. 0 g Portionsgewicht: 387,45 g, Nährwert kcal: 566 kcal, Kohlenhydrate: 73,9 g, Ballaststoffe: 4,68 g, Broteinheiten: 6 BE
Menü 3	Spinat-Käse-Taler (b,c) mit Kartoffelpüree (c,d,j) und Tomatensoße (a1) Prod. 0 g Portionsgewicht: 472 g, Nährwert kcal: 234 kcal, Kohlenhydrate: 32,25 g, Ballaststoffe: 9,1 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Pilzgulasch (c) mit Kartoffelpüree (c,d,j) und Salat Prod. 0 g Portionsgewicht: 286 g, Nährwert kcal: 252 kcal, Kohlenhydrate: 21,15 g, Ballaststoffe: 6,2 g, Broteinheiten: 2 BE	Kartoffeltasche a1,b,c) , mit Schmörgelchen und kleinem gemischten Salat mit Dressing(c) Prod. 0 g Portionsgewicht: 450 g, Nährwert kcal: 312 kcal, Kohlenhydrate: 48,94 g, Ballaststoffe: 11,92 g, Broteinheiten: 4 BE	veg. Kohlroulade (a1,b) mit brauner Soße (a1), Salzkartoffeln Prod. 0 g Portionsgewicht: 420,8 g, Nährwert kcal: 250 kcal, Kohlenhydrate: 28,69 g, Ballaststoffe: 8,91 g, Broteinheiten: 2,5 BE	1/2 Zucchini mit Feta (c) , Reis und Tomatensoße (a=Weizen,d) Salat Prod. 0 g Portionsgewicht: 573,25 g, Nährwert kcal: 405 kcal, Kohlenhydrate: 71,88 g, Ballaststoffe: 4,43 g, Broteinheiten: 6 BE
Dessert	Saisonobst Prod. 0 g Portionsgewicht: 0 g, Nährwert kcal: 0 kcal, Kohlenhydrate: 0 g, Ballaststoffe: 0 g, Broteinheiten: 0 BE	Vanillepudding(c) Prod. 0 g Portionsgewicht: 128 g, Nährwert kcal: 173 kcal, Kohlenhydrate: 31,14 g, Ballaststoffe: 0,1 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Kirschjoghurt (c) Prod. 0 g Portionsgewicht: 100 g, Nährwert kcal: 66 kcal, Kohlenhydrate: 4 g, Ballaststoffe: 0 g, Broteinheiten: 0,5 BE	Milchreis (c) mit Zimt-Zucker Prod. 0 g Portionsgewicht: 466,75 g, Nährwert kcal: 645 kcal, Kohlenhydrate: 113,1 g, Ballaststoffe: 1,48 g, Broteinheiten: 9,5 BE	Saisonobst Prod. 0 g Portionsgewicht: 0 g, Nährwert kcal: 0 kcal, Kohlenhydrate: 0 g, Ballaststoffe: 0 g, Broteinheiten: 0 BE

Inhaltsstoffe:

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

a - Glutenhaltiges Getreide, a1 - Weizen, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, e - Fisch, f - Erdnüsse, g - Schalenfrüchte, h - Senf, i - Sesamesamen, j - Soja