

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

20.02.2023 - 24.02.2023



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Gnocchi (a1,b,c,l, n) mit Tomatensoße (2) Gemüse und Streukäse (c) Prod. 0 Verk. 0 2, 9 Portionsgewicht: 517,8 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 1693 kJ, Nährwert kcal: 401 kcal, Eiweißgehalt: 1,08 g, Fettgehalt: 0,12 g	Gemüsefrikadelle (a=Weizen,b), Kräutersoße (a=Weizen,b,c,j,d,h,i) Kartoffelgratin(c) und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 362,98 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 1072 kJ, Nährwert kcal: 256 kcal, Eiweißgehalt: 5,27 g, Fettgehalt: 2,92 g	Gemüse-Kartoffelauflauf (a1,b,c) mit Käsekräuterkruste (c) dazu Salatbeilage Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 320,4 g, Fettpunkte: 17, Nährwert kj: 1435 kJ, Nährwert kcal: 343 kcal, Eiweißgehalt: 16,07 g, Fettgehalt: 17,44 g	Backfisch(a1,b,c,e) mit Currysauce (1,2,a1,b,c,d,g), Reis und Kaisergemüse (c,g) Prod. 0 Verk. 0 1, 2, 9 Portionsgewicht: 406,41 g, Fettpunkte: 5, Nährwert kj: 1694 kJ, Nährwert kcal: 401 kcal, Eiweißgehalt: 6,94 g, Fettgehalt: 5,07 g	Bunte Reispfanne vegetarisch (b,d)mit Paprika und Zucchini und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 344,5 g, Fettpunkte: 28, Nährwert kj: 2457 kJ, Nährwert kcal: 583 kcal, Eiweißgehalt: 9,58 g, Fettgehalt: 28,24 g
Menü 2	Gemüsefrikadelle (a1,b) mit Soße (a1) dazu Kartoffelpüree (c,d,j) und Leipziger Allerlei Prod. 0 Verk. 0 3 Portionsgewicht: 300,2 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 1153 kJ, Nährwert kcal: 274 kcal, Eiweißgehalt: 2,66 g, Fettgehalt: 2,56 g	Hähnchenbrustmit Süs-Sauer (d,J) dazu Schmörgelchen und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 1, 2 Portionsgewicht: 696,89 g, Fettpunkte: 9, Nährwert kj: 1857 kJ, Nährwert kcal: 444 kcal, Eiweißgehalt: 4,15 g, Fettgehalt: 9,1 g	Geflügelfrikassee(a1,c,j) mit Karotten und Erbsen, dazu Vollkornreis Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 379,5 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 2036 kJ, Nährwert kcal: 465 kcal, Eiweißgehalt: 4,42 g, Fettgehalt: 18,47 g	Falafel (a1) mit Gemüsecouscous (a1) und Tzatziki (c) Prod. 0 Verk. 0 a1, h Portionsgewicht: 376,4 g, Fettpunkte: 11, Nährwert kj: 2163 kJ, Nährwert kcal: 514 kcal, Eiweißgehalt: 29,52 g, Fettgehalt: 11,41 g	Bunter Gemüseeintopf (d) mit Rindfleisch und Brot (a1,c,d,f,g,i) Prod. 0 Verk. 0 8 Portionsgewicht: 498 g, Fettpunkte: 9, Nährwert kj: 961 kJ, Nährwert kcal: 229 kcal, Eiweißgehalt: 4,13 g, Fettgehalt: 0,49 g
Menü 3	Nudeln (a1) mit feinem Gemüseragout (c,j) und Salat Prod. 0 Verk. 0 a1, b Portionsgewicht: 545,4 g, Fettpunkte: 12, Nährwert kj: 1862 kJ, Nährwert kcal: 441 kcal, Eiweißgehalt: 18,8 g, Fettgehalt: 12,46 g	Spinatlasagne (a=Weizen,b,c) und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 329,48 g, Fettpunkte: 13, Nährwert kj: 2105 kJ, Nährwert kcal: 505 kcal, Eiweißgehalt: 18,12 g, Fettgehalt: 12,57 g	Kartoffeltasche (14,a1,b,c,d,i) gefüllt mit Frischkäse(c), dazu Sourccreme (c,d,h) Vollkornreis und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 245,2 g, Fettpunkte: 19, Nährwert kj: 2060 kJ, Nährwert kcal: 491 kcal, Eiweißgehalt: 7,05 g, Fettgehalt: 18,91 g	Veg.Köttbullar (a1) mit Gemüsecouscous (a1) und Tzatziki (c) Prod. 0 Verk. 0 a1, h Portionsgewicht: 476,4 g, Fettpunkte: 14, Nährwert kj: 2488 kJ, Nährwert kcal: 592 kcal, Eiweißgehalt: 39,56 g, Fettgehalt: 13,94 g	Gemüse-Dinos (a1,Roggen,b) mit Kartoffelnud Möhren Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 250,1 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 586 kJ, Nährwert kcal: 140 kcal, Eiweißgehalt: 3,06 g, Fettgehalt: 0,17 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	Vanillequark Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 21 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 340 kJ, Nährwert kcal: 81 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Kompott Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 637,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 135 kJ, Nährwert kcal: 33 kcal, Eiweißgehalt: 0,75 g, Fettgehalt: 0,15 g	Schokoladenpudding (1) (c,b,j,a,g) Prod. 0 Verk. 0 a, b, c, g, i Portionsgewicht: 158 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 618 kJ, Nährwert kcal: 146 kcal, Eiweißgehalt: 4,9 g, Fettgehalt: 4,2 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, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln

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