

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

30.05.2022 - 03.06.2022



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Geflügelwürfel in leichter Soße, dazu Reis und Gemüse Prod. 0 Portionsgewicht: 301,31 g, Fettpunkte: 13, Nährwert kj: 2050 kJ, Nährwert kcal: 487 kcal, Eiweißgehalt: 29,57 g, Fettgehalt: 12,86 g	Couscous (Hartweizengrieß) mit Tomaten, Zucchini, Mais, Kichererbsen (g) und Hähnchenbrustfilet Prod. 0 Portionsgewicht: 313,5 g, Fettpunkte: 6, Nährwert kj: 1655 kJ, Nährwert kcal: 393 kcal, Eiweißgehalt: 28,94 g, Fettgehalt: 6,15 g	Gebratene Nudeln(a=Weizen) mit Gemüse Prod. 0 Portionsgewicht: 145 g, Fettpunkte: 17, Nährwert kj: 1820 kJ, Nährwert kcal: 434 kcal, Eiweißgehalt: 9,12 g, Fettgehalt: 17,39 g	Hokifilet (a1,e,c,i) mit Sauerrahmsoße (a1, c), Kartoffeln und Gemüse Prod. 0 Portionsgewicht: 325,86 g, Fettpunkte: 20, Nährwert kj: 1971 kJ, Nährwert kcal: 473 kcal, Eiweißgehalt: 5,51 g, Fettgehalt: 20,34 g	Nürnberger Rostbratwürstchen (a1,d,h) mit Soße (a1), Kartoffelpüree (c,d,j) und Sauerkraut Prod. 0 Portionsgewicht: 499,7 g, Fettpunkte: 41, Nährwert kj: 2499 kJ, Nährwert kcal: 597 kcal, Eiweißgehalt: 15,35 g, Fettgehalt: 41,28 g
Menü 2	Spaghetti 'Carbonara' (Schwein) dazu Salat Prod. 0 2, 3, 8 Portionsgewicht: 1241,1 g, Fettpunkte: 6, Nährwert kj: 2119 kJ, Nährwert kcal: 504 kcal, Eiweißgehalt: 32,36 g, Fettgehalt: 5,86 g	Geflügelfrikadelle (a1,b,c) mit Jägersoße (a1,h), Salzkartoffeln und Salat Prod. 0 Portionsgewicht: 345,7 g, Fettpunkte: 34, Nährwert kj: 2561 kJ, Nährwert kcal: 612 kcal, Eiweißgehalt: 4,99 g, Fettgehalt: 33,91 g	Gyros vom Geflügel (50) (a1,c) mit Reis, Tzatziki (52) (c,d) Prod. 0 Portionsgewicht: 317,9 g, Fettpunkte: 11, Nährwert kj: 2185 kJ, Nährwert kcal: 521 kcal, Eiweißgehalt: 8,27 g, Fettgehalt: 10,68 g	Gemüsemautaschen (a1,b,c,d) und Tomatensauce (2,d), dazu Salat Prod. 0 2, 9 Portionsgewicht: 1246,7 g, Fettpunkte: 29, Nährwert kj: 2879 kJ, Nährwert kcal: 686 kcal, Eiweißgehalt: 33,06 g, Fettgehalt: 28,84 g	Bunter Gemüseeintopf (d) mit Rindfleisch und Brot (a1,c,d,f,g,i) Prod. 0 8 Portionsgewicht: 498 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 961 kJ, Nährwert kcal: 229 kcal, Eiweißgehalt: 4,13 g, Fettgehalt: 0,49 g
Menü 3	Gemüsekringel (57,58) mit Djuwetschreis (9) und Kräutersoße (52,57) Prod. 0 Portionsgewicht: 600,98 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 1094 kJ, Nährwert kcal: 261 kcal, Eiweißgehalt: 5,11 g, Fettgehalt: 1,68 g	Gemüse-Dinos (a1,Roggen,b) mit Nudelsalat (a1, b,c) Prod. 0 1, 2, 9 Portionsgewicht: 191,55 g, Fettpunkte: 12, Nährwert kj: 1628 kJ, Nährwert kcal: 387 kcal, Eiweißgehalt: 10,93 g, Fettgehalt: 11,92 g	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	Pilzgulasch (c) mit Semmelknödel (a1,b,c,d) und Salat Prod. 0 Portionsgewicht: 145 g, Fettpunkte: 19, Nährwert kj: 1769 kJ, Nährwert kcal: 420 kcal, Eiweißgehalt: 17,8 g, Fettgehalt: 19,43 g	Bunte Nudeln(a1) mit Käsesauce(c,j) und Salat Prod. 0 1 Portionsgewicht: 171 g, Fettpunkte: 9, Nährwert kj: 1582 kJ, Nährwert kcal: 378 kcal, Eiweißgehalt: 14,2 g, Fettgehalt: 8,82 g
Dessert	Saisonobst Prod. 0 Portionsgewicht: 0 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g		Milchreis (c) mit Zimt-Zucker Prod. 0 Portionsgewicht: 466,75 g, Fettpunkte: 13, Nährwert kj: 2735 kJ, Nährwert kcal: 646 kcal, Eiweißgehalt: 17,44 g, Fettgehalt: 13,07 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, 8 = mit Phosphat, 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 - Sesamsamen, j - Soja