

13.02.2023 - 19.02.2023

| KW 7 | Menü 1 | Menü 2 | Dessert |
|------------|--|--|---|
| Montag | Cevapcici mit Tzatziki, Krautsalat und Tomatenreis æ ψ ∫ c g a g1 a1 N: 802.42 kcal F: 32.45 g GF: 11.28 g C: 70.38 g Z: 9.48 g P: 55.60 g S: 7.53 g B: 5.87 BE | vegetarisches Moussaka mit Pilzrahmsoße ∇ ∫ g a g1 N: 461.13 kcal F: 31.36 g GF: 19.42 g C: 34.93 g Z: 9.11 g P: 9.54 g S: 7.11 g B: 2.91 BE | Joghurt ∇ ∫ g g1 N: 82.22 kcal F: 2.26 g GF: 1.35 g C: 12.55 g Z: 12.44 g P: 2.42 g S: 0.07 g B: 1.04 BE |
| Dienstag | Hähnchenbrust mit Paprika-Sahnesoße und Kartoffeln ♣ ∫ g a g1 a1 N: 483.15 kcal F: 24.61 g GF: 6.31 g C: 25.87 g Z: 4.84 g P: 38.84 g S: 0.94 g B: 2.15 BE | Tomatensuppe mit Fleischklößchen ψ ω c g a1 N: 380.66 kcal F: 17.89 g GF: 7.58 g C: 37.15 g Z: 6.52 g P: 17.37 g S: 3.80 g B: 3.11 BE | Apfelkompott ∇ ∞ N: 82.99 kcal F: 0.04 g GF: 0.02 g C: 20.03 g Z: 19.20 g P: 0.26 g S: 0.00 g B: 1.67 BE |
| Mittwoch | Schnitzel mit Spiegelei und Bratkartoffeln & ω c g N: 652.23 kcal F: 45.65 g GF: 15.63 g C: 25.96 g Z: 7.53 g P: 34.88 g S: 4.72 g B: 2.17 BE | Pfannkuchen mit Vanillesoße ∇ ∫ c g a g1 a1 N: 579.88 kcal F: 14.14 g GF: 5.21 g C: 98.40 g Z: 50.13 g P: 13.08 g S: 0.79 g B: 8.20 BE | Pudding ∇ ∫ g g1 N: 80.81 kcal F: 0.46 g GF: 0.25 g C: 17.93 g Z: 11.30 g P: 0.96 g S: 0.10 g B: 1.49 BE |
| Donnerstag | Pizza ψ ∫ ω 15 a g1 a1 N: 467.38 kcal F: 24.91 g GF: 11.48 g C: 40.37 g Z: 5.38 g P: 20.12 g S: 2.30 g B: 3.36 BE | bunter Gemüseeintopf mit Geflügelbällchen ♣ ∫ ∫ g a g1 N: 276.86 kcal F: 11.58 g GF: 6.73 g C: 26.73 g Z: 15.90 g P: 16.03 g S: 7.88 g B: 2.20 BE | Quarkspeise ∇ ∫ z g g1 N: 232.92 kcal F: 8.07 g GF: 4.86 g C: 21.39 g Z: 21.30 g P: 17.50 g S: 0.15 g B: 1.79 BE |
| Freitag | Matjes mit Hausfrauensauce und Kartoffeln ∫ g d g1 N: 362.43 kcal F: 26.39 g GF: 12.13 g C: 20.45 g Z: 5.82 g P: 10.58 g S: 3.98 g B: 1.70 BE | Armer Ritter mit Erdbeerkompott ∇ ∫ c g a g1 a1 N: 495.52 kcal F: 11.71 g GF: 6.01 g C: 82.45 g Z: 51.53 g P: 13.47 g S: 1.11 g B: 6.87 BE | Milchreis ∇ ∫ g g1 N: 580.48 kcal F: 18.57 g GF: 11.67 g C: 90.30 g Z: 51.59 g P: 11.85 g S: 0.29 g B: 7.52 BE |
| Samstag | Pichelsteiner Eintopf & ∫ ω i y g a g1 N: 122.50 kcal F: 4.93 g GF: 2.93 g C: 12.03 g Z: 4.09 g P: 7.20 g S: 1.54 g B: 0.99 BE | Kartoffelsuppe mit Wiener Würstchen ω 2 15 N: 349.82 kcal F: 19.07 g GF: 7.85 g C: 28.28 g Z: 6.08 g P: 15.57 g S: 4.72 g B: 2.36 BE | Obst ∇ ∫ c g a g1 a1 N: 85.62 kcal F: 2.77 g GF: 1.67 g C: 14.11 g Z: 9.51 g P: 0.90 g S: 0.02 g B: 1.18 BE |
| Sonntag | Sauerbraten mit Rotkohl und Kartoffeln ψ ∫ 5 2 g g1 N: 380.39 kcal F: 17.78 g GF: 10.69 g C: 30.46 g Z: 10.56 g P: 23.98 g S: 8.28 g B: 2.53 BE | Sauerbraten mit Rotkohl und Kartoffeln ψ ∫ 5 2 g g1 N: 380.39 kcal F: 17.78 g GF: 10.69 g C: 30.46 g Z: 10.56 g P: 23.98 g S: 8.28 g B: 2.53 BE | Eisbecher ∇ ∫ t g g1 N: 214.47 kcal F: 15.40 g GF: 8.85 g C: 16.34 g Z: 15.71 g P: 2.90 g S: 0.09 g B: 1.36 BE |

Nährwertangaben pro Portion N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Broteinheit

Allergene Inhaltsstoffe

- a Gluten
- c Eier
- g Milch und Milchzeugnisse
- i Sellerie
- t Schalenfrucht
- z Zitrusfrucht

- a1 Weizen
- d Fisch
- g1 Milcheiweiß
- j Senf
- y Hülsenfrucht

Zusatzstoffe

- 2 mit Konservierungsstoffen
- 5 geschwefelt
- 15 Nitrat/Nitrit

Eigenschaften

- ♣ Geflügel
- ∫ Laktose
- ψ Rindfleisch
- ∞ Vegan

- æ Knoblauch
- & Muskelfleisch
- ω Schweinefleisch
- ∇ Vegetarisch