

30.01.2023 - 05.02.2023

KW 5	Menü 1	Menü 2	Dessert
Montag	Gyros mit Reis, Tzatziki und Krautsalat ∫ ∞ h2 g g1 N: 651.50 kcal F: 33.56 g GF: 7.85 g C: 41.67 g Z: 7.63 g P: 44.93 g S: 5.80 g B: 3.47 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	Joghurt ∇ ∫ g g1 N: 51.77 kcal F: 2.81 g GF: 1.70 g C: 3.28 g Z: 3.28 g P: 2.91 g S: 0.09 g B: 0.27 BE
Dienstag	Szegediner Gulasch mit Kartoffeln ψ ∫ g g1 N: 315.40 kcal F: 20.47 g GF: 12.51 g C: 23.48 g Z: 4.16 g P: 8.82 g S: 7.17 g B: 1.95 BE	Hühnerfrikassee mit Kartoffeln ♣ ∫ h3 g g1 N: 418.61 kcal F: 31.59 g GF: 16.04 g C: 16.60 g Z: 1.12 g P: 17.00 g S: 0.78 g B: 1.39 BE	Birnen-Kompott ∇ ∞ N: 92.62 kcal F: 0.14 g GF: 0.02 g C: 22.47 g Z: 22.47 g P: 0.38 g S: 0.01 g B: 1.88 BE
Mittwoch	Jägerschnitzel mit Champignon in Rahm und Kartoffeln & ∫ ∞ g a g1 N: 452.60 kcal F: 15.35 g GF: 6.87 g C: 34.65 g Z: 8.15 g P: 43.02 g S: 0.71 g B: 2.87 BE	Fliederbeersuppe mit Äpfeln und Grießklößchen ∇ ∫ c g a g1 N: 410.35 kcal F: 5.63 g GF: 1.48 g C: 79.26 g Z: 63.58 g P: 8.09 g S: 0.12 g B: 6.62 BE	Pudding ∇ ∫ g g1 N: 169.66 kcal F: 7.90 g GF: 4.91 g C: 21.12 g Z: 15.37 g P: 3.34 g S: 0.15 g B: 1.77 BE
Donnerstag	Königsberger Klopse mit Kapernsoße, Roter Beete und Kartoffeln ψ ∫ c g a g1 a1 N: 347.09 kcal F: 17.51 g GF: 10.51 g C: 32.26 g Z: 9.42 g P: 14.31 g S: 5.29 g B: 2.68 BE	Senfeier mit Roter Beete und Kartoffelpüree ∫ 2 c j g a g1 N: 643.38 kcal F: 40.22 g GF: 19.75 g C: 42.28 g Z: 21.80 g P: 26.44 g S: 10.73 g B: 3.53 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	gebratenes Fischfilet mit Soße, Gemüse und Kartoffeln ∫ z g d g1 N: 613.73 kcal F: 50.02 g GF: 14.44 g C: 11.54 g Z: 3.57 g P: 30.30 g S: 11.47 g B: 0.96 BE	Folienkartoffel mit Kräuterquark ∇ ∫ g g1 N: 261.02 kcal F: 17.24 g GF: 10.79 g C: 12.59 g Z: 5.09 g P: 13.27 g S: 5.08 g B: 1.05 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	Bauerneintopf ∫ ∞ 15 g g1 N: 511.12 kcal F: 40.84 g GF: 17.40 g C: 19.48 g Z: 5.38 g P: 17.04 g S: 5.99 g B: 1.64 BE	Kartoffel-Gemüseintopf ∇ ∞ i N: 219.73 kcal F: 1.48 g GF: 0.31 g C: 41.06 g Z: 13.19 g P: 8.59 g S: 0.40 g B: 3.41 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	Putengulasch mit Kartoffeln ♣ ∫ g g1 N: 374.97 kcal F: 13.10 g GF: 6.21 g C: 35.58 g Z: 4.14 g P: 27.14 g S: 6.37 g B: 2.96 BE	Putengulasch mit Kartoffeln ♣ ∫ g g1 N: 374.97 kcal F: 13.10 g GF: 6.21 g C: 35.58 g Z: 4.14 g P: 27.14 g S: 6.37 g B: 2.96 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
- h2 Haselnuss
- i Sellerie
- t Schalenfrucht

- a1 Weizen
- d Fisch
- g1 Milcheiweiß
- h3 Walnuss
- j Senf
- z Zitrusfrucht

Zusatzstoffe

- 2 mit Konservierungsstoffen
- 15 Nitrat/Nitrit

Eigenschaften

- ♣ Geflügel
- & Muskelfleisch
- ∞ Schweinefleisch
- ∇ Vegetarisch

- ∫ Laktose
- ψ Rindfleisch
- ∞ Vegan