

# Speiseplan vom 01.08.2022 - 07.08.2022

## Frühstück an allen Tagen:

Brötchen/Weißbrot oder Müsli, Wurst/Käse, Marmelade und Nutella. Dazu Kaffee, Tee oder Milch. Sonntags Kuchen. Ø Kalorien: 457 Ø Eiweiß: 14,5g

	Menü I Vollkost		Menü II Vegetarisch		Menü III Leichte Vollkost		Abendessen		Alternativ
<b>Montag</b>	<b>Pfannengyros mit Tsatsiki</b> <sup>G,8,</sup> Pommes Frites und griechischer Salat <sup>A,G,J</sup>		<b>Apfelstrudel</b> mit Vanillesoße <sup>G</sup>		<b>Pfannengyros mit Tsatsiki</b> <sup>G,8,</sup> Pommes Frites und griechischer Salat <sup>A,G,J</sup>		<b>Fischfilet</b> <sup>A,D,G,J,4</sup> in Tomatensoße		<b>Unsere Küche bietet täglich folgende Produkte als Alternativen zum Abendessen an:</b>  Camembert,  Philadelphia mit und ohne Kräuter,  Schmelzkäse,  Kalbsleberwurst,  Heringsfilets in Tomaten-, Paprika- oder Senfsoße,  Thunfisch in Öl,  Mettwurst.
	Portion: 500g	Eiweiß: 72g	Portion: 460g	Eiweiß: 14g	Portion: 500g	Eiweiß: 72g	Portion: 300g	Eiweiß: 27,8g	
	Kilokalorien: 810		Kilokalorien: 542		Kilokalorien: 810		Kilokalorien: 683		
<b>Dienstag</b>	<b>Schweinegulasch</b> <sup>A,I,J</sup> mit Kroketten <sup>A,C</sup> und Blattsalat <sup>A,G,J</sup>		<b>Linsenbolognese</b> <sup>A,E,H,I</sup> mit Nudeln <sup>A,C</sup> und Blattsalat <sup>A,G,J</sup>		<b>Schweinegulasch</b> <sup>A,I,J</sup> mit Nudeln <sup>A,C</sup> und Blattsalat <sup>A,G,J</sup>		<b>Wurst und Käseteller</b> mit Abendbeilage		
	Portion: 460g	Eiweiß: 14,1g	Portion: 460g	Eiweiß: 40g	Portion: 460g	Eiweiß: 14,1g	Portion: 500g	Eiweiß: 15g	
	Kilokalorien: 455		Kilokalorien: 475		Kilokalorien: 455		Kilokalorien: 395		
<b>Mittwoch</b>	<b>Indisches Butter-Hähnchen</b> mit Curryreis <sup>A,C,G,4</sup>		<b>Kartoffel-Möhren-Rösti</b> mit Joghurtcreme <sup>A,C,G,1</sup>		<b>Indisches Butter-Hähnchen</b> mit Curryreis <sup>A,C,G,4</sup>		<b>Wurst und Käseteller</b> mit Abendbeilage		
	Portion: 560g	Eiweiß: 38,6g	Portion: 550g	Eiweiß: 20g	Portion: 560g	Eiweiß: 38,6g	Portion: 220g	Eiweiß: 28g	
	Kilokalorien: 607		Kilokalorien: 334		Kilokalorien: 607		Kilokalorien: 712		
<b>Donnerstag</b>	<b>Schweinelachsschnitzel</b> mit Kohlrabi-Gemüse <sup>A,C,G,1,1,4</sup>		<b>Käsespätzle</b> <sup>A,C,G</sup> mit Blattsalat <sup>A,G,J</sup>		<b>Schweinelachsschnitzel</b> mit Kohlrabi-Gemüse <sup>A,C,G,1,1,4</sup>		<b>Kräuterquark</b> mit Salzkartoffeln		
	Portion: 350g	Eiweiß: 22g	Portion: 350g	Eiweiß: 22g	Portion: 350g	Eiweiß: 22g	Portion: 220g	Eiweiß: 28g	
	Kilokalorien: 439		Kilokalorien: 562		Kilokalorien: 562		Kilokalorien: 712		
<b>Freitag</b>	<b>Backfisch</b> <sup>A,C,G,D</sup> mit Kartoffel-Gurken-Salat <sup>A,C</sup> und Remoulade <sup>A,C,E,G,I,J,1,8</sup>		<b>Gemüserais</b> mit Currysoße <sup>A,G,1</sup>		<b>Backfisch</b> <sup>A,C,G,D</sup> mit Kartoffel-Gurken-Salat <sup>A,C</sup> und Remoulade <sup>A,C,E,G,I,J,1,8</sup>		<b>Käseteller</b> mit Abendbeilage		
	Portion: 460g	Eiweiß: 35,8g	Portion: 450g	Eiweiß: 12g	Portion: 460g	Eiweiß: 35,8g	Portion: 160g	Eiweiß: 28g	
	Kilokalorien: 409		Kilokalorien: 585		Kilokalorien: 409		Kilokalorien: 536		
<b>Samstag</b>	<b>Bohneneintopf mit Rindfleisch</b> <sup>A,H,I,1,4</sup>		<b>Vegetarischer Gemüseeintopf</b> <sup>A,C,I,E,4</sup>		<b>Bohneneintopf mit Rindfleisch</b> <sup>A,H,I,1,4</sup>		<b>Wurstsalat</b> <sup>A,G,J,N,1,3</sup>		
	Portion: 500g	Eiweiß: 30g	Portion: 500g	Eiweiß: 5g	Portion: 500	Eiweiß: 30g	Portion: 350g	Eiweiß: 43,3g	
	Kilokalorien: 480		Kilokalorien: 260		Kilokalorien: 480		Kilokalorien: 796		
<b>Sonntag</b>	<b>Hähnchenschnitzel</b> <sup>A,G,1,2,3</sup> mit Coleslaw <sup>A,G,J</sup> und Baguette		<b>Waldpilze</b> <sup>A,E,G,1,4</sup> mit Spätzle <sup>A,C</sup> und Kaisergemüse		<b>Hähnchenschnitzel</b> <sup>A,G,1,2,3</sup> mit Coleslaw <sup>A,G,J</sup> und Baguette		<b>Gekochter und geräucherter Schinken</b> mit Abendbeilage		
	Portion: 600g	Eiweiß: 32g	Portion: 600g	Eiweiß: 22g	Portion: 600g	Eiweiß: 32g	Portion: 220g	Eiweiß: 13,1g	
	Kilokalorien: 858		Kilokalorien: 782		Kilokalorien: 858		Kilokalorien: 458		

Zusatzstoffe: 1. Konservierungsmittel - 2. Farbstoff - 3. Antioxidationsmittel - 4. Geschmacksverstärker - 5. Geschwärtzt - 6. Phosphat - 7. Enthält eine Phenylalaninquelle - 8. Süßstoff

Allergene Stoffe: A glutenhaltiges Getreide - B Krebstiere - C Eier - D Fisch - E Soja - G Milch, einschließlich Laktose - H Schalenfrüchte - I Sellerie - J Senf - K Sesamsamen - L Lupine - M Weichtiere - N Schwefeloxid/Sulfid