

Speiseplan vom 17.01.2022 - 23.01.2022

Frühstück an allen Tagen:

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

	Menü I Vollkost		Menü II Vegetarisch		Menü III Leichte Vollkost		Abendessen		Alternativ
Montag	Pfannengyros mit Tsatsiki ^{G,8,} Pommes Frites und griechischer Salat ^{A,G,J}		Apfelstrudel mit Vanillesoße ^G		Pfannengyros mit Tsatsiki ^{G,8,} Pommes Frites und griechischer Salat ^{A,G,J}		Fischfilet ^{A,D,G,J,4} in Tomatensoße		Unsere Küche bietet täglich folgende Produkte als Alternativen zum Abendessen an: Camembert, Limburger, Philadelphia mit und ohne Kräuter, Schmelzkäse, Hausmacher Blut- und Leberwurst, Schwartenmagen, Kalbsleberwurst, Heringsfilets in Tomaten-, Paprika- oder Senfsoße, Rollmops, Thunfisch in Öl, Paprikabeißer, Mettwurst, Quark.
	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		
Dienstag	Schweinegulasch ^{A,I,J} mit Nudeln ^{A,C} und Blattsalat ^{A,G,J}		Linsenbolognese ^{A,E,H,I} mit Nudeln ^{A,C} und Blattsalat ^{A,G,J}		Schweinegulasch ^{A,I,J} mit Nudeln ^{A,C} und Blattsalat ^{A,G,J}		Wurst und Käseteller 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		
Mittwoch	Königsberger Klopse mit Reis und Buttergemüse		gebackene Zucchini mit Reis und Buttergemüse		Königsberger Klopse mit Reis und Buttergemüse		Wurst und Käseteller 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		
Donnerstag	Lasagne ^{A,C,G} mit Blattsalat ^{A,G,J}		Käsespätzle ^{A,C,G} mit Blattsalat ^{A,G,J}		Lasagne ^{A,C,G} mit Blattsalat ^{A,G,J}		Kräuterquark mit Kartoffeln		
	Portion: 350g	Eiweiß: 22g	Portion: 350g	Eiweiß: 22g	Portion: 350g	Eiweiß: 22g	Portion: 220g	Eiweiß: 28g	
	Kilokalorien: 439		Kilokalorien: 562		Kilokalorien: 562		Kilokalorien: 712		
Freitag	Backfisch ^{A,C,G,D} mit Kartoffel-Gurken-Salat ^{A,C} und Remoulade ^{A,C,E,G,I,J,1,8}		Gemüsereis mit Currysoße ^{A,G,I}		Backfisch ^{A,C,G,D} mit Kartoffel-Gurken-Salat ^{A,C} und Remoulade ^{A,C,E,G,I,J,1,8}		Käseteller 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		
Samstag	Bohneneintopf mit Rindfleisch ^{A,H,I,1,4}		Vegetarischer Gemüseeintopf ^{A,C,1,E,4}		Bohneneintopf mit Rindfleisch ^{A,H,I,1,4}		Wurstsalat ^{A,G,J,N,1,3}		
	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		
Sonntag	Rinderbraten ^{A,I,J} mit Spätzle ^{A,C} und Kaisergemüse		Waldpilze ^{A,E,G,I,4} mit Spätzle ^{A,C} und Kaisergemüse		Rinderbraten ^{A,I,J} mit Spätzle ^{A,C} und Kaisergemüse		Gekochter und geräucherter Schinken 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