

Vollkost Speiseplan vom 08.11.2021 - 14.11.2021

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	Maultaschengemüsepfanne A, C, G, I		Penne A, C mit Gorgonzolasauce und Blattspinat A, C, G, 4		Maultaschengemüsepfanne A, C, G, I		Weißwurst mit Süßem Senf und Laugengebäck		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: 600g	Eiweiß: 21g	Portion: 600g	Eiweiß: 11,5g	Portion: 600g	Eiweiß: 11,5g	Portion: 225g	Eiweiß: 23,9g	
	Kilokalorien: 425		Kilokalorien: 447		Kilokalorien: 447		Kilokalorien: 521		
Dienstag	Spaghetti mit Tomatensoße A, G, I und Salat A, G, J		Kartoffeltaschen G mit Tomatensalat G, A, J		Spaghetti mit Tomatensoße A, G, I und Salat A, G, J		Wurst und Käseteller mit Abendbeilage		
	Portion: 440g	Eiweiß: 32,4g	Portion: 480g	Eiweiß: 14,8g	Portion: 440g	Eiweiß: 32,4g	Portion: 220g	Eiweiß: 28g	
	Kilokalorien: 608		Kilokalorien: 504		Kilokalorien: 608		Kilokalorien: 450		
Mittwoch	Hacksteak A, C, G, J mit Bohnen und Bratkartoffeln		Kaiserschmarrn A, C, G mit Apfelmus		Hacksteak A, C, G, J mit Bohnen und Bratkartoffeln		Wurst und Käseteller mit Abendbeilage		
	Portion: 500g	Eiweiß: 11,6g	Portion: 500g	Eiweiß: 11,6g	Portion: 500g	Eiweiß: 11,6g	Portion: 200g	Eiweiß: 22,8g	
	Kilokalorien: 677		Kilokalorien: 677		Kilokalorien: 677		Kilokalorien: 592		
Donnerstag	Putenschnitzel A, C mit Kroketten A, C, G und Salat A, G, J		Grünkernmedaillons A, C, E, G, I, K mit Kroketten A, C, G und Salat A, G, J		Putenschnitzel A, C mit Kroketten A, C, G und Salat A, G, J		Wurst und Käseteller mit Abendbeilage		
	Portion: 420g	Eiweiß: 34,2g	Portion: 440g	Eiweiß: 12,8g	Portion: 440g	Eiweiß: 12,8g	Portion: 220g	Eiweiß: 28g	
	Kilokalorien: 477		Kilokalorien: 527		Kilokalorien: 527		Kilokalorien: 712		
Freitag	Blumenkohlsuppe und Apfelkuchen A, C, G		Blumenkohlsuppe und Pflaumenkuchen A, C, G		Blumenkohlsuppe und Apfelkuchen A, C, G		Wurst und Käseteller mit Abendbeilage		
	Portion: 520g	Eiweiß: 36g	Portion: 470g	Eiweiß: 21,9g	Portion: 470g	Eiweiß: 21,9g	Portion: 180g	Eiweiß: 29g	
	Kilokalorien: 784		Kilokalorien: 734		Kilokalorien: 734		Kilokalorien: 630		
Samstag	Erbseintopf mit Bockwurst A, E, I, C, G, 4		Gemüseintopf mit Nudeln A, E, I, C, G, 4		Erbseintopf mit Bockwurst A, E, I, C, G, 4		Geflügelabschnitt mit Abendbeilage		
	Portion: 500g	Eiweiß: 30g	Portion: 500g	Eiweiß: 15g	Portion: 500g	Eiweiß: 15g	Portion: 180g	Eiweiß: 22,6g	
	Kilokalorien: 450		Kilokalorien: 205	Wasser	Kilokalorien: 205	Wasser	Kilokalorien: 463	Wasser	
Sonntag	Karlsbader Kalbsblankett A, G, I mit Nudeln A, C und Fingermöhrrchen A		Makkaroni-Gemüse-Auflauf A, C, G, I		Gemüsetaler A, C, E, G, I, K mit Nudeln A, C und Fingermöhrrchen A		Krakauer mit Senf		
	Portion: 480g	Eiweiß: 23,4g	Portion: 460g	Eiweiß: 17g	Portion: 460g	Eiweiß: 17g	Portion: 220g	Eiweiß: 32,2g	
	Kilokalorien: 497		Kilokalorien: 639		Kilokalorien: 639		Kilokalorien: 467		

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