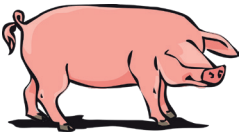


Speisekarte

KW 47

17.11. bis 21.11.

Mo



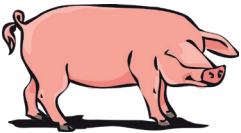
Haus-gemachte Lasagne
mit Schweine-Hack-fleisch,
mediterranem Gemüse, Schmand und
mit Käse überbacken ^{a, a1, c, g, i}

Dessert: Pfirsich-würfel

KJ: 4451,06 · kcal: 1065 · F: 43,78 g · ges. FS: 17,68 g

KH: 123,26 g · Zucker: 10,68 g · EW: 39,94 g · Salz: 3,53 g

Di

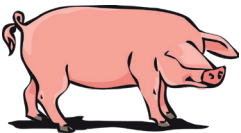


Gebratenes Schweine-schnitzel ^{a, a1}
in Champignon-Rahm-Soße ^g
mit Kartoffel-beilage und Gemüse

KJ: 3646,27 · kcal: 875 · F: 48,03 g · ges. FS: 8,92 g

KH: 62,88 g · Zucker: 14,88 g · EW: 42,97 g · Salz: 4,34 g

Mi



Bauern-topf
mit Schweine-hack-fleisch, Kartoffeln,
Bohnen und Paprika ^{a, a1, a3}
dazu Baguette ^{a, a1, a2, a3, a4, k}

KJ: 1945,08 · kcal: 466 · F: 23,28 g · ges. FS: 8,67 g

KH: 29,88 g · Zucker: 9,04 g · EW: 30,21 g · Salz: 1,33 g

Do

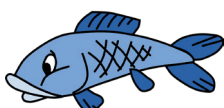


Rühr-ei ^{c, g, i}
mit Spinat ^g und Kartoffeln
dazu ein Dessert ^{a, a1, g}

KJ: 2269,26 · kcal: 542 · F: 25,83 g · ges. FS: 8,93 g

KH: 49,9g · Zucker: 19,36 g · EW: 25,18 g · Salz: 6,21 g

Fr



Fisch-filet im Back-teig ^{a, a1, d, g, j}
in Dill-Zitronen-soße ^{a, a1, g}
dazu haus-gemachte Kartoffel-beilage ^{1, g}

KJ: 2696,48 · kcal: 645 · F: 27,47 g · ges. FS: 7,83 g

KH: 70,45 g · Zucker: 11,04 g · EW: 27,69 g · Salz: 3,03 g

Speisekarte

für Vegetarier und Muslime

KW 47

17.11. bis 21.11.

Mo



Haus-gemachte Lasagne
mit Soja-Hack, mediterranem Gemüse,
Schmand und mit Käse
überbacken ^{a, a1, c, g}

Dessert: Pfirsich-würfel

KJ: 2.751,84 · kcal: 659 · F: 30,45 g · ges. FS: 14,22 g
KH: 71 g · Zucker: 12,89 g · EW: 20,61 g · Salz: 1,91 g

Di



Gebratenes Soja-schnitzel ^{a, a1, a4, c, g}
in Champignon-Rahm-soße ^g mit
Kartoffel-beilage und Gemüse

KJ: 3778,93 · kcal: 908 · F: 54,87 g · ges. FS: 8,63 g
KH: 65,41 g · Zucker: 10,69 g · EW: 31,06 g · Salz: 4,14 g

Mi



Bauern-topf
mit Veggie-hack, Bohnen, Paprika und
Kartoffeln ^{1, a, a1, a3, f}

dazu Brötchen-mix ^{a, a1, a2, a3, a4, k}

KJ: 1128,96 · kcal: 269 · F: 2,14 g · ges. FS: 0,64 g
KH: 37,31 g · Zucker: 9,96 g · EW: 19,16 g · Salz: 1,66 g

Do



Rühr-ei ^{c, g, i}
mit Spinat ^g und Kartoffeln
dazu ein Dessert ^{a, a1, g}

KJ: 2269,26 · kcal: 542 · F: 25,83 g · ges. FS: 8,93 g
KH: 49,9g · Zucker: 19,36 g · EW: 25,18 g · Salz: 6,21 g

Fr



Knusper-Gemüse-schnitzel ^{a, a1, a4}
in Dill-Zitronen-soße ^{a, a1, g}
mit haus-gemachter Kartoffel-beilage ^{1, g}

KJ: 2.654,84 · kcal: 635 · Fett: 29,05 g · ges. FS: 7,5 g
KH: 77,3 g · Zucker: 8,81 g · Eiweiß: 12,73 g · Salz: 3,44 g