

Speisekarte

KW 33

10.8. bis 14.8.

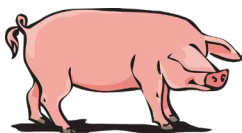
Mo



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

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

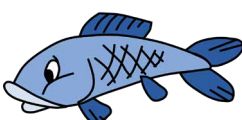
Di



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

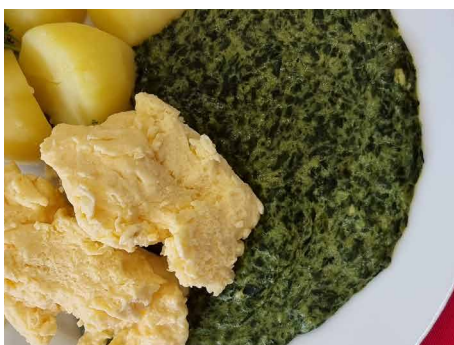
Mi



Frischer Sommer-salat ^{c, g, 2, 3, 8} (Gurke,
Tomate, Paprika, Eisberg) mit
Joghurt-dressing, Thun-fisch, Mais, Kidney-boh-
nen, Ei, **dazu Baguette / Brötchen** ^{a, a1, a2, a3/}

KJ: 4.274,71 · kcal: 1.021 · F: 42,36 g · ges. FS: 17,76 g
KH: 119,57 g · Zucker: 26,48 g · EW: 36,13 g · Salz: 2,92 g

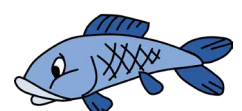
Do



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 33

10.8. bis 14.8.

Mo



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

dazu ein Dessert

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



Frischer Sommer-salat ^{c, g, 2, 3, 8} (Gurke,
Tomate, Paprika, Eisberg) mit
Joghurt-dressing, Mais, Kidney-bohnen, Ei,
Falafel-bällchen, dazu Baguette / Brötchen ^{a, a1,}
^{a2, a3/}

KJ: 4.274,71 · kcal: 1.021 · F: 42,36 g · ges. FS: 17,76 g
KH: 119,57 g · Zucker: 26,48 g · EW: 36,13 g · Salz: 2,92 g

Do



Rühr-^{c, g, i}ei
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