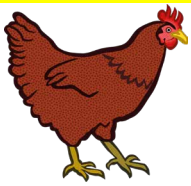
Änderungen vorbehalten

Speisekarte

KW 36
31.8. bis 4.9.

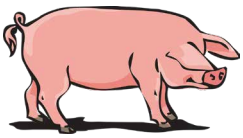
Mo

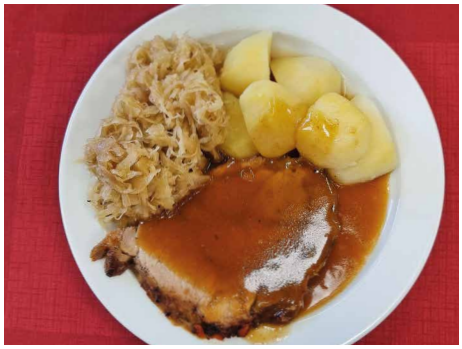


Hühner·frikassee [a, a1, c, g]
mit Pilzen und Spargel [g]
dazu Reis

kJ: 2133 · kcal: 516 · F: 13,53 g · ges. FS: 5,09 g
KH: 77 g · Zucker: 6,91 g · EW: 18,89 g · Salz: 1,16 g

Di





Kassler·braten [2] **vom Schwein**
mit Brauner Soße [a, a1, a3],
und Gemüse- und Kartoffel·beilage

kJ: 2986,08 · kcal: 719, F: 47,29 g · ges. FS: 18,06 g
KH: 35,41 g · Zucker: 7,02 g · EW: 33,56 g · Salz: 6,78 g

Mi

Sommer·salat mit Eisberg, Tomaten, Gurke, Mais, Kidney·bohnen, Paprika, Anti Pasti [1,2,3,5, 6] und Kräuter·dressing,
dazu Bagette [a, a1, a2, a3, a4, k]
und ein Dessert

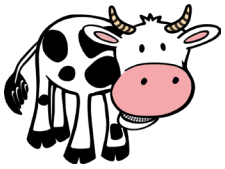
kJ: 2.368,13 · kcal: 566 · F: 19,72 g · ges. FS: 1,72 g
KH: 73,22 g · Zucker: 46,28 g · EW: 17 g · Salz: 4,26 g

Do

Pasta [a, a1]
mit Spinat-Fischkäse·soße [a, a1, c, g]
und gebackener Cherry·tomate

kJ: 3745 · kcal: 895 · F: 39,13 g ges. FS: 22,36 g
KH: 93,7 g · Zucker: 32,61g · EW: 34,87 g · Salz: 8,75 g

Fr



Ungarisches Rinder·gulasch
mit Paprika [a, a1, l, 1, 5], Zwiebeln
und Nudeln [a, a1]
dazu Bauern·salat [g]

kJ: 2.788,53 · kcal: 661 · F: 14,91 g · ges. FS: 4,68 g
KH: 78,56 g · Zucker: 9,69 g · EW: 47,64 g · Salz: 6,67 g

Änderungen vorbehalten

Speisekarte

für Vegetarier und Muslime

KW 36

31.8. bis 4.9.

Mo

Quorn·geschnetzeltes a, a1, c, g
mit Pilzen und Spargel g
dazu Reis

kJ: 2252 · kcal: 534 · F: 8,32 g · ges. FS: 1,93 g
KH: 87,68 g · Zucker: 17,45 g · EW: 22,98 g · Salz: 3,88 g

Di

vegetarische Brat·wurst a, a1, c
mit Brauner Soße a, a1, a3
und Gemüse- und Kartoffel·beilage

kJ: 3452,68 · kcal: 830 · F: 52,69 g · ges. FS: 9,94 g
KH: 49,81 g · Zucker: 7,92 g · EW: 32,56 g · Salz: 6,3 g

Mi

Sommer·salat mit Eisberg, Tomaten, Gurke, Mais, Kidney·bohnen, Paprika, Anti Pasti 1,2,3,5, 6 und Kräuter·dressing,
dazu Bagette a, a1, a2, a3, a4, k
und ein Dessert

kJ: 2.368,13 · kcal: 566 · F: 19,72 g · ges. FS: 1,72 g
KH: 73,22 g · Zucker: 46,28 g · EW: 17 g · Salz: 4,26 g

Do

Pasta a, a1
mit Spinat-Fischkäse·soße a, a1, c, g
und gebackener Cherry·tomate

kJ: 3745 · kcal: 895 · F: 39,13 g ges. FS: 22,36 g
KH: 93,7 g · Zucker: 32,61g · EW: 34,87 g · Salz: 8,75 g

Fr

Gemüse·gulasch
mit Paprika a, a1, l, 1, 5 , Zwiebeln
und Nudeln a, a1
dazu Bauern·salat g

kJ: 2287,8 · kcal: 545 · Fett: 10,58 g · ges. FS: 3,58 g
KH: 86,51 g · Zucker: 15,68 g · Eiweiß: 21,42 g · Salz: 6,01 g