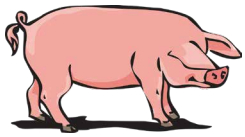
Änderungen vorbehalten

Speisekarte

KW 45
2.11 bis 6.11.

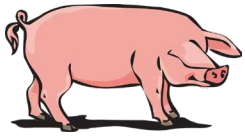
Mo



Nudel·auflauf mit Fleisch·wurst
vom Schwein, Gemüse in Sahne·soße und Käse über·backen [a, a1, c, g, 2, 3, 8]

kJ: 3.275,82 · kcal: 785 · F: 46,7 g · ges. FS: 20,32 g
KH: 48,2 g · Zucker: 12,14 g · EW: 41,26 g · Salz: 4,47 g

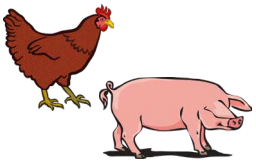
Di



Schweine·frikadelle [a,a1,c, j] mit Brauner Soße [a,a1,a3], Gemüse und Kartoffel·beilage

kJ: 2546,93 · kcal: 606 · F: 21,39 g · ges. FS: 9,53 g
KH: 47,91 g · Zucker: 9,23 g · EW: 48,16 g · Salz: 2,78 g

Mi



Gebundene Kartoffel·suppe
mit Geflügel·wiener, Speck, Zwiebeln [a, a1, g, i ,l, 1, 2, 3, 4, 5, 8] und Gemüse, dazu Baguette [a, a1, a2, a3, a4, k] und ein Dessert

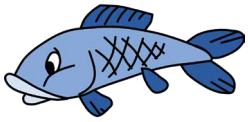
kJ: 3480,24 · kcal: 832 · F: 51,59 g · ges. FS: 20,98 g
KH: 52,49 g · Zucker: 29,31 g · EW: 37,74 g · Salz: 6,87 g

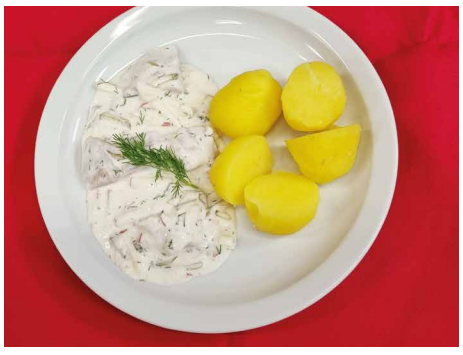
Do

Kartoffel-Gemüse-Pfanne
dazu Kräuter·quark [g]
und ein Dessert

kJ: 1933,46 · kcal: 464 · F: 20,13 g · ges. FS: 4,57 g
KH: 49,98 g · Zucker: 26,58 g · EW: 17 g · Salz: 0,18 g

Fr





Eingelegter Hering „Hausfrauen Art“
mit Apfel, Zwiebeln und Gewürzgurke
dazu Kartoffeln

kJ: 2190,02 · kcal: 522 · F: 20,55 g · ges. FS: 8,75 g
KH: 53,11 g · Zucker: 9,73 g · EW: 26,57 g · Salz: 4,35 g

Änderungen vorbehalten

Speisekarte

für Vegetarier und Muslime

KW 45

2.11 bis 6.11.

Mo

Nudel·auflauf [a, a1, c, g, 1]
mit Gemüse in Sahne·soße und Käse über·backen [a, a1, c, g, 2, 3, 8]

kJ: 2.405,12· kcal: 573 · F: 26,3 g · ges. FS: 9,17 g
KH: 51,4 g · Zucker: 12,82 g · EW: 31,36 g · Salz: 3,37 g

Di

Gemüse·frikadelle [a, a1, c]
mit Brauner Soße [a,a1,a3], Gemüse und Kartoffel·beilage

kJ: 1639,02 · kcal: 391 · F: 9,52 g · ges. FS: 2,07 g
KH: 55,02 g · Zucker: 15,23 g · EW: 14,25 g · Salz 3,72 g

Mi

Vegetarische gebundene Kartoffel·suppe [a1, g, i ,l, 1, 2, 3, 4, 5, 8] **mit** Zwiebeln [a] und Gemüse, dazu Baguette [a, a1, a2, a3, a4, k] und ein Dessert

kJ: 3237,94 · kcal: 773 · F: 37,19 g · ges. FS: 15,77 g
KH: 61,92 g · Zucker: 30,29 g · EW: 43,09 g · Salz: 6,51 g

Do

Kartoffel-Gemüse-Pfanne
dazu Kräuter·quark [g]
und ein Dessert

kJ: 1933,46 · kcal: 464 · F: 20,13 g · ges. FS: 4,57 g
KH: 49,98 g · Zucker: 26,58 g · EW: 17 g · Salz: 0,18 g

Fr

Kartoffeln
mit Hausfrauen·soße [a, a1]

kJ: 2277,46 · kcal: 543 · F: 22,82 g · ges. FS: 5,07 g
KH: 60,26 g · Zucker: 11,24 g · EW: 18,3 g · Salz: 4,17 g