


Essensplan der WfbM - Wolfenbüttel Vollkost

Speiseplan vom 05.12.2022 bis 09.12.2022, 49. Kalenderwoche

M o n t a g	Gekochte Gyrossuppe mit Schweinefleischstreifen, frischer Paprika, Mais, Zwiebeln & Schmelzkäse⁹	408,6 Kcal	
		1704,1 Kjoul	
		1,0 Broteinheiten	
		26,2 g Eiweiss	
		12,5 g Kohlenhydra.	
		26,8 g Gesamtfett	
D i e n s t a g	Gebackene Currywurst^{2, 3, 8, i} mit Tomaten-Curry-Sauce^{11, j} & Kartoffelwedges^{a, a1}	880,1 Kcal	
		3670,5 Kjoul	
		5,7 Broteinheiten	
		26,8 g Eiweiss	
		67,8 g Kohlenhydra.	
		54,0 g Gesamtfett	
M i t t w o c h	Kartoffelsuppe mit Würstchen^{1, 2, 3, 4, 5, 8, 15, a, i, j, l, a1}	481,7 Kcal	
		2003,2 Kjoul	
		3,1 Broteinheiten	
		16,7 g Eiweiss	
		36,7 g Kohlenhydra.	
		28,6 g Gesamtfett	
D o n n e r s t a g	Polnischer Krauttopf "Bigos" mit Weißkohl, Sauerkaut, Schweinegulasch, Speck und Cabanossi⁹ dazu Butterschupfnudeln^{a, c, a1}	463,6 Kcal	
		1940,9 Kjoul	
		3,6 Broteinheiten	
		23,7 g Eiweiss	
		43,3 g Kohlenhydra.	
		20,8 g Gesamtfett	
F r e i t a g	Weihnachtsfeier der Beschäftigten	0,0 Kcal	
		0,0 Kjoul	
		0,0 Broteinheiten	
		0,0 g Eiweiss	
		0,0 g Kohlenhydra.	
		0,0 g Gesamtfett	

Nährwerte beziehen sich auf eine Portionsgröße von 300-350g

Essensplan der WfbM - Wolfenbüttel Vegetarisch/Moslem

Speiseplan vom 05.12.2022 bis 09.12.2022, 49. Kalenderwoche

M o n t a g	Gekochte Pizzasuppe mit frischer Paprika, Mais, Zwiebeln, Pilzen & Schmelzkäse ^{a, c, f, g, i, a1}	311,6 Kcal	
		1301,1 Kjoule	
		1,4 Broteinheiten	
		16,1 g Eiweiss	
		16,2 g Kohlenhydra.	
		19,3 g Gesamtfett	
D i e n s t a g	Gebratene Soja Bratwurst ^{a, c, a1} mit Tomaten-Curry-Sauce ^{11, j} & Kartoffelwedges ^{a, a1}	880,1 Kcal	
		3670,5 Kjoule	
		5,7 Broteinheiten	
		26,8 g Eiweiss	
		67,8 g Kohlenhydra.	
		54,0 g Gesamtfett	
M i t t w o c h	Vegetarische Kartoffelsuppe ^{1, 3, 4, 5, 15, a, i, l, a1} mit Vegetarischem Würstchen ^{a, c, a1}	730,7 Kcal	
		3043,8 Kjoule	
		4,2 Broteinheiten	
		32,2 g Eiweiss	
		50,6 g Kohlenhydra.	
		42,0 g Gesamtfett	
D o n n e r s t a g	Polnischer Krauttopf "Bigos" mit Weißkohl, Sauerkaut & Vegetarische Wurst ^{c, g} dazu Butter-Schupfnudeln ^{a, c, a1}	492,4 Kcal	
		2054,5 Kjoule	
		3,9 Broteinheiten	
		16,1 g Eiweiss	
		47,1 g Kohlenhydra.	
		24,6 g Gesamtfett	
F r e i t a g	Weihnachtsfeier der Beschäftigten	0,0 Kcal	
		0,0 Kjoule	
		0,0 Broteinheiten	
		0,0 g Eiweiss	
		0,0 g Kohlenhydra.	
		0,0 g Gesamtfett	

Nährwerte beziehen sich auf eine Portionsgröße von 300-350g

Essensplan der WfbM - Wolfenbüttel Dessert/Salat

Speiseplan vom 05.12.2022 bis 09.12.2022, 49. Kalenderwoche

M o n t a g	Frisches Baguettebrot ^{a, f, g, a1, a2, a3, a4}	97,4 Kcal	
		400,5 Kjoule	
		1,4 Broteinheiten	
		3,7 g Eiweiss	
		16,5 g Kohlenhydra.	
		2,4 g Gesamtfett	
D i e n s t a g		0,0 Kcal	
		0,0 Kjoule	
		0,0 Broteinheiten	
		0,0 g Eiweiss	
		0,0 g Kohlenhydra.	
		0,0 g Gesamtfett	
M i t t w o c h	Fruchtjoghurt ^g	128,8 Kcal	
		543,8 Kjoule	
		1,7 Broteinheiten	
		3,6 g Eiweiss	
		20,5 g Kohlenhydra.	
		3,6 g Gesamtfett	
D o n n e r s t a g		0,0 Kcal	
		0,0 Kjoule	
		0,0 Broteinheiten	
		0,0 g Eiweiss	
		0,0 g Kohlenhydra.	
		0,0 g Gesamtfett	
F r e i t a g	Weihnachtsfeier der Beschäftigten	Kcal	
		Kjoule	
		Broteinheiten	
		g Eiweiss	
		g Kohlenhydra.	
		g Gesamtfett	

Nährwerte beziehen sich auf eine Portionsgröße von 50-80g