

| KW 9 | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag | |
|-------------|---|---|--|--|---|--|--|--|
| Vollkost | Kohl-Hackfleischpfanne mit Püree ψ ∫ g a g1 N: 489.89 kcal F: 24.68 g GF: 9.82 g C: 37.71 g Z: 15.13 g P: 29.16 g S: 2.54 g B: 3.14 BE | Steckrübenmus mit Kasseler ∫ ω 15 g g1 N: 230.20 kcal F: 5.95 g GF: 3.34 g C: 24.90 g Z: 12.85 g P: 18.22 g S: 1.72 g B: 2.07 BE | Bayrischer Wurstsalat mit Bratkartoffeln ω 15 N: 1139.77 kcal F: 95.22 g GF: 55.80 g C: 56.10 g Z: 6.92 g P: 16.29 g S: 1.97 g B: 4.67 BE | Tomatensuppe mit Reis ∇ ∞ g N: 463.59 kcal F: 9.34 g GF: 3.73 g C: 83.26 g Z: 5.80 g P: 10.22 g S: 3.02 g B: 6.96 BE | Matjes mit Hausfrauenseife und Salzkartoffeln ∫ g d g1 N: 605.67 kcal F: 45.09 g GF: 13.84 g C: 20.93 g Z: 2.90 g P: 29.45 g S: 15.21 g B: 1.74 BE | Kartoffelsuppe mit Speck ∫ ω 15 g g1 N: 688.26 kcal F: 58.11 g GF: 25.85 g C: 29.98 g Z: 8.20 g P: 12.27 g S: 3.41 g B: 2.50 BE | Putenrollbraten mit Rotkohl und Salzkartoffeln ♠ N: 460.84 kcal F: 22.32 g GF: 8.86 g C: 31.44 g Z: 13.21 g P: 32.82 g S: 2.24 g B: 2.62 BE | |
| Vegetarisch | Vanillennudeln ∇ ∫ g a g1 a1 N: 335.60 kcal F: 7.15 g GF: 3.62 g C: 55.25 g Z: 10.70 g P: 11.70 g S: 0.30 g B: 4.61 BE | Gemüse Lasagne mit Käse überbacken ∇ ∞ a a1 N: 72.89 kcal F: 1.02 g GF: 0.28 g C: 12.87 g Z: 0.16 g P: 2.85 g S: 0.07 g B: 1.07 BE | Süßer Kürbisauflauf ∇ ∫ t h3 g1 N: 428.28 kcal F: 29.05 g GF: 5.75 g C: 22.85 g Z: 18.96 g P: 18.61 g S: 0.74 g B: 1.90 BE | Geflügelleberragout mit Kartoffeln ♠ ∫ i g a g1 a1 N: 320.16 kcal F: 20.93 g GF: 13.28 g C: 21.04 g Z: 2.70 g P: 11.73 g S: 0.26 g B: 1.75 BE | Kartoffeltaschen mit Mischsalat ∇ ∫ g g1 N: 485.60 kcal F: 29.70 g GF: 13.15 g C: 34.32 g Z: 4.36 g P: 19.29 g S: 0.63 g B: 2.85 BE | "Ofenschlupfer" Auflauf mit Brot, Äpfeln, Rosinen und Ei dazu Vanillesauce ∇ ∫ c g a g1 a1 N: 601.93 kcal F: 9.48 g GF: 5.09 g C: 109.71 g Z: 59.34 g P: 17.28 g S: 1.75 g B: 9.14 BE | | |
| Dessert | Rote Grütze mit Sahne ∫ g g1 N: 125.10 kcal F: 2.29 g GF: 1.33 g C: 24.82 g Z: 5.32 g P: 0.94 g S: 0.19 g B: 2.07 BE | Mandarinenkompott ∇ ∞ Z N: 103.89 kcal F: 0.20 g GF: 0.04 g C: 23.99 g Z: 23.99 g P: 0.47 g S: 0.00 g B: 2.00 BE | Erdbeercreme ∇ ∫ g g1 N: 321.11 kcal F: 13.12 g GF: 7.90 g C: 34.05 g Z: 34.04 g P: 16.08 g S: 0.59 g B: 2.84 BE | Grießpudding ∇ ∫ g a g1 a1 N: 110.34 kcal F: 6.09 g GF: 2.71 g C: 10.79 g Z: 5.31 g P: 3.11 g S: 0.07 g B: 0.90 BE | Fruchtquark ∇ ∫ g g1 N: 126.88 kcal F: 0.89 g GF: 0.55 g C: 21.36 g Z: 20.71 g P: 7.49 g S: 0.07 g B: 1.77 BE | Obst ∇ ∫ c g a g1 a1 N: 85.62 kcal F: 2.77 g GF: 1.67 g C: 14.11 g Z: 9.51 g P: 0.90 g S: 0.02 g B: 1.18 BE | Eis ∇ ∫ t g g1 N: 214.47 kcal F: 15.40 g GF: 8.85 g C: 16.34 g Z: 15.71 g P: 2.90 g S: 0.09 g B: 1.36 BE | |

Nährwertangaben pro Portion N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Broteinheit

Allergene Inhaltsstoffe

- a Gluten
- c Eier
- g Milch und Milcherzeugnisse
- h3 Walnuss
- t Schalenfrucht
- a1 Weizen
- d Fisch
- g1 Milcheiweiß
- i Sellerie
- z Zitrusfrucht

Zusatzstoffe

- 15 Nitrat/Nitrit

Eigenschaften

- ♠ Geflügel
- ψ Rindfleisch
- ∞ Vegan
- ∫ Laktose
- ω Schweinefleisch
- ∇ Vegetarisch