

KW 3	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
Vollkost	Chili con Carne mit Reis ψ ω γ N: 653.81 kcal F: 24.14 g GF: 9.90 g C: 74.72 g Z: 11.47 g P: 33.59 g S: 0.84 g B: 6.22 BE	Rindfleisch Eintopf mit frischem Gemüse und Kartoffelwürfeln ψ ω c g a1 N: 325.73 kcal F: 23.84 g GF: 8.51 g C: 8.25 g Z: 5.55 g P: 19.93 g S: 0.87 g B: 0.69 BE	Gyros mit Reis, Zaziki und Krautsalat ∫ ω γ g g1 N: 651.50 kcal F: 33.56 g GF: 7.85 g C: 41.67 g Z: 7.63 g P: 44.93 g S: 5.80 g B: 3.47 BE	Lammhacksteak mit grünen Bohnen und Salzkartoffeln ψ ω c γ a a1 N: 528.65 kcal F: 35.87 g GF: 16.09 g C: 30.01 g Z: 8.08 g P: 21.43 g S: 3.64 g B: 2.49 BE	Fischstäbchen mit Rahmspinat und Püree ∫ g d a g1 a1 N: 415.00 kcal F: 16.27 g GF: 4.49 g C: 43.17 g Z: 6.47 g P: 22.90 g S: 1.31 g B: 3.60 BE	Erbseintopf mit Rauchfleisch	Gänsekeule in GlühweinsöÙe, Zimtrokohl und Knödel v ♣ 2 5 c a a1 N: 798.35 kcal F: 42.89 g GF: 12.86 g C: 57.93 g Z: 31.15 g P: 43.86 g S: 4.48 g B: 4.82 BE	
Schonkost	Kartoffelpuffer mit Apfelkompott ∇ c a N: 509.36 kcal F: 34.18 g GF: 3.72 g C: 41.64 g Z: 4.70 g P: 8.66 g S: 0.13 g B: 3.47 BE	Blumenkohl-Käsebratling mit Bechamelsauce und Stampfkartoffeln ∇ ∫ g a g1 a1 N: 371.17 kcal F: 19.88 g GF: 12.01 g C: 33.78 g Z: 11.27 g P: 13.83 g S: 0.90 g B: 2.81 BE	Gemüseauflauf mit Kräutersauce ∫ c g g1 N: 296.87 kcal F: 17.86 g GF: 9.76 g C: 23.80 g Z: 5.81 g P: 9.82 g S: 10.49 g B: 1.99 BE	Gefüllte Canelloni in BärlauchsoÙe ∇ ∫ g a g1 a1 N: 347.25 kcal F: 12.44 g GF: 6.82 g C: 47.88 g Z: 13.48 g P: 10.40 g S: 5.66 g B: 3.99 BE	Frühlingsrolle mit Chinagemüse und Reis ∫ c γ g a g1 a1 N: 327.77 kcal F: 6.19 g GF: 3.06 g C: 57.34 g Z: 8.15 g P: 10.18 g S: 2.36 g B: 4.69 BE	Buchweizengrütze mit Zimtpflaumen ∇ ∫ g g1 N: 382.23 kcal F: 3.82 g GF: 1.87 g C: 75.76 g Z: 25.19 g P: 9.69 g S: 0.10 g B: 6.32 BE		
Dessert	Erdbeerpudding mit Sahne ∇ ∫ g g1 N: 190.96 kcal F: 9.82 g GF: 5.82 g C: 22.10 g Z: 15.66 g P: 3.42 g S: 0.17 g B: 1.84 BE	Schokomousse ∇ ∫ g g1 N: 352.97 kcal F: 28.30 g GF: 17.02 g C: 20.38 g Z: 20.33 g P: 4.92 g S: 0.14 g B: 1.70 BE	Frucht Buttermilch Dessert ∇ ∫ g g1 N: 93.72 kcal F: 0.42 g GF: 0.23 g C: 18.83 g Z: 18.29 g P: 2.78 g S: 0.10 g B: 1.57 BE	Cheesecakecreme ∇ ∫ c g a g1 a1 N: 269.88 kcal F: 13.36 g GF: 7.70 g C: 28.11 g Z: 14.26 g P: 8.73 g S: 0.13 g B: 2.34 BE	Apfel-Zimt Quark ∇ ∫ z g g1 N: 391.68 kcal F: 8.15 g GF: 4.89 g C: 59.98 g Z: 59.24 g P: 17.78 g S: 0.15 g B: 5.01 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
- y Hülsenfrucht
- a1 Weizen
- d Fisch
- g1 Milcheiweiß
- z Zitrusfrucht

Zusatzstoffe

- 2 mit Konservierungsstoffen
- 5 geschwefelt

Eigenschaften

- v Alkohol
- ∫ Laktose
- ω Schweinefleisch
- ♣ Geflügel
- ψ Rindfleisch
- ∇ Vegetarisch