

Speiseplan vom 12.08.2024 - 18.08.2024



Tag	Vollkost	Leichte Kost	Vegetarisch
Montag	Hähnchen-Cordon-Bleu 2,3,7,8,101,a,p,c,g Geflügelsauce Erbsen Kartoffeln	Apfelmilchreis 3,p,g	Kartoffelrösti mit Spinat und Schafskäse p,g Tomatensoße a,aw
	27 g Eiweiß, 12 g Fett, 31 g KH	11 g Eiweiß, 4 g Fett, 66 g KH	18 g Eiweiß, 29 g Fett, 44 g KH
Dienstag	Mexikanischer Hacktopf a,aw Reis	Hähnchenbrust Tomate-Mozzarella a,aw,g Pestonudeln a,aw,p	Gebackener Schafskäse a,aw,ar,p,g Gemüsereis Italia Tzaziki 2,g,i
	28 g Eiweiß, 27 g Fett, 77 g KH	41 g Eiweiß, 18 g Fett, 58 g KH	28 g Eiweiß, 59 g Fett, 59 g KH
Mittwoch	Bauernfrühstück 2,3,7,c Eisbergsalat mit Sylter Dressing	Hühnersuppe mit Reis 3,i	Kartoffeltasche mit Frischkäse 8,p,g Kräuterquark p,g Gemischter Salat
	0 g Eiweiß, 5 g Fett, 3 g KH	10 g Eiweiß, 2 g Fett, 11 g KH	17 g Eiweiß, 46 g Fett, 64 g KH
Donnerstag	Erbsensuppe 2,3,i	Schweinerückensteak 101,a,aw,c,g,i,j Schonkostgemüse a,aw,g,i Kartoffeln	Gemüsepfanne mit Maultaschen a,aw,c,i Schnittlauchsauce p,g
	15 g Eiweiß, 2 g Fett, 39 g KH	31 g Eiweiß, 7 g Fett, 11 g KH	12 g Eiweiß, 20 g Fett, 50 g KH
Freitag	Bewohnerwunsch Bockwurst 2,3,7,c,g,i,j Kartoffelsalat	Rotbarsch o,7,d Zitronen-Buttersoße a,aw,p,g Kartoffeln Gurkensalat 2,3	Rustica-Karotten-Auflauf a,aw,p,g
	13 g Eiweiß, 28 g Fett, 0 g KH	20 g Eiweiß, 7 g Fett, 20 g KH	33 g Eiweiß, 15 g Fett, 145 g KH
Samstag	Allgäuer Käsesuppe mit Hackfleisch 1,a,aw,p,g	Gemüse Eintopf mit Eierstich und Fleischklößchen 101,p,c,g,i	Pizzaschnitte Margherita 3,100,8,a,p,g
	17 g Eiweiß, 29 g Fett, 29 g KH	8 g Eiweiß, 5 g Fett, 12 g KH	39 g Eiweiß, 23 g Fett, 147 g KH
Sonntag	Rinderschmorbraten o,a,aw,ae,f,l Bratensauce 2,a,aw,p,f,g Leipziger Allerlei a,aw,g,i Kartoffeln	Schwedische Fleischbällchen 101,a,ah,c Rahmsauce a,aw,ae,p,g Kartoffeln Preiselbeeren	Bunte Gemüseplatte a,aw,g,i Sauce Hollandaise p,c,g Kartoffeln
	30 g Eiweiß, 25 g Fett, 25 g KH	24 g Eiweiß, 39 g Fett, 113 g KH	7 g Eiweiß, 27 g Fett, 21 g KH

Wir wünschen einen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten