

Speiseplan vom 17.06.2024 - 23.06.2024



Tag	Vollkost	Leichte Kost	Vegetarisch
Montag	Zwei gekochte Eier ^c Senfsoße ^{a,aw,p,g,j} Kartoffeln Rote Bete ¹⁴	Geflügelfrikadelle Rahmmöhren ^{a,aw,p,g} Kartoffeln	Gemüsegulasch ^{a,aw,p,c,g} Kartoffeln
	18 g Eiweiß, 20 g Fett, 10 g KH	2 g Eiweiß, 7 g Fett, 13 g KH	4 g Eiweiß, 12 g Fett, 14 g KH
Dienstag	Bauernsülze ³ Bratkartoffeln ^{2,3,1,7} Remoulade ^{18,p,c,g,j} Gemischter Salat	Schweinefleisch süß-sauer ¹ Reis	Schwäbische Schupfnudeln ^{a,aw,p,c,g} Pfannengemüse
	26 g Eiweiß, 123 g Fett, 36 g KH	22 g Eiweiß, 8 g Fett, 92 g KH	14 g Eiweiß, 34 g Fett, 94 g KH
Mittwoch	Rindergeschnetzeltes Zwiebel-Senf ^{p,g,j} Reis	Seelachs "Tomate-Kräuter" ^{p,d,g} Tomatensauce Nudeln ^{a,aw}	Gemüselasagne ^{100,a,p,g,i} Tomatensauce
	29 g Eiweiß, 12 g Fett, 60 g KH	30 g Eiweiß, 3 g Fett, 52 g KH	11 g Eiweiß, 10 g Fett, 63 g KH
Donnerstag	Schweineschnitzel ^a Champignonrahmsauce ^{a,aw,p,g} Kartoffeln	Hähnchenfiletspieß Pfannengemüse Kartoffeln	Kartoffelecken ^{a,aw} Kräuterquark ^{p,g} Gemischter Salat
	24 g Eiweiß, 44 g Fett, 24 g KH	30 g Eiweiß, 17 g Fett, 16 g KH	9 g Eiweiß, 20 g Fett, 11 g KH
Freitag	Pannfisch Senfsoße ^{a,aw,p,g,j} Kartoffeln Gurkensalat ^{2,3}	Kaiserschmarrn ^{a,aw,p,c,g} Apfelmus ³	Gemüse-Reis-Pfanne Kräuterquark ^{p,g}
	2 g Eiweiß, 7 g Fett, 14 g KH	17 g Eiweiß, 30 g Fett, 118 g KH	12 g Eiweiß, 10 g Fett, 38 g KH
Samstag	Erbsensuppe ^{2,3,i}	Nudelauflauf mit Fleischwurst ^{2,3,7,a,aw,ar,ae,c,g,h,hm,hpi,i,j}	Pfannkuchen mit Nuss-Nougat-Füllung ^{a,aw,p,c,g,h,hh}
	15 g Eiweiß, 2 g Fett, 39 g KH	22 g Eiweiß, 27 g Fett, 57 g KH	16 g Eiweiß, 24 g Fett, 61 g KH
Sonntag	Bewohnerwunsch Hackbraten ^{7,a,aw,ar,ae,c,g,h,hm,hpi,i,j} Sauce Bearnaise ^{p,c,g} Erbsen Kartoffeln	Hähnchenstreifen Gemüse in Schmandsauce ^{1,p,g} Reis	Semmelknödel ^{a,aw,c} Rahmpilze ^{a,aw,p,g}
	30 g Eiweiß, 48 g Fett, 25 g KH	9 g Eiweiß, 5 g Fett, 61 g KH	21 g Eiweiß, 14 g Fett, 49 g KH

Wir wünschen einen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten