

# Speiseplan vom 29.04.2024 - 05.05.2024



Tag	Vollkost	Leichte Kost	Vegetarisch
<b>Montag</b>	<b>Königsberger Klopse</b> <sup>101</sup> <b>Kapernsauce</b> <sup>p,g</sup> <b>Rote Bete</b> <sup>14</sup> <b>Kartoffeln</b>	<b>Kaiserschmarrn</b> <sup>a,aw,p,c,g</sup> <b>Pflaumenkompott</b>	<b>Ofenkartoffel</b> <b>Sour Cream</b> <sup>p,g</sup> <b>Gemischter Salat</b>
	351 kcal, 15 g Eiweiß, 25 g Fett, 16 g KH	848 kcal, 18 g Eiweiß, 30 g Fett, 126 g KH	939 kcal, 24 g Eiweiß, 18 g Fett, 168 g KH
<b>Dienstag</b>	<b>Linseneintopf</b> <sup>1,i,l</sup>	<b>Hähnchenstreifen</b> <sup>14</sup> <b>Gemüse in Schmandsauce</b> <sup>1,p,g</sup> <b>Reis</b>	<b>Gemüsegulasch</b> <sup>a,aw,p,c,g</sup>
	199 kcal, 12 g Eiweiß, 1 g Fett, 32 g KH	316 kcal, 7 g Eiweiß, 5 g Fett, 61 g KH	178 kcal, 4 g Eiweiß, 12 g Fett, 14 g KH
<b>Mittwoch</b>	<b>Hähnchenschnitzel Wiener Art</b> <sup>101,a,c</sup> <b>Kartoffel-Gurken-Salat</b> <sup>2,1,j</sup>	<b>Gemüselasagne</b> <sup>100,a,p,g,i</sup>	<b>Ofenhirtenkäse</b> <sup>p,g</sup> <b>Gemischter Salat</b> <b>Baguette</b> <sup>a,aw</sup>
	457 kcal, 16 g Eiweiß, 24 g Fett, 40 g KH	363 kcal, 10 g Eiweiß, 10 g Fett, 56 g KH	924 kcal, 35 g Eiweiß, 69 g Fett, 40 g KH
<b>Donnerstag</b>	<b>Bewohnerwunsch</b> <b>Kartoffelpuffer</b> <sup>a,c</sup> <b>Apfelmus</b> <sup>3</sup>	<b>Curry-Gemüsereis mit Tofu</b> <sup>2,a,aw,f</sup> <b>Süß-Saure Soße</b> <sup>1</sup>	<b>Vegetarische Bratwurst</b> <sup>a,aw,c</sup> <b>Erbsen &amp; Möhren</b> <sup>1</sup> <b>Kartoffeln</b>
	424 kcal, 9 g Eiweiß, 4 g Fett, 82 g KH	397 kcal, 9 g Eiweiß, 2 g Fett, 86 g KH	369 kcal, 18 g Eiweiß, 25 g Fett, 16 g KH
<b>Freitag</b>	<b>Matjesfilet</b> <sup>o,2,4,d</sup> <b>Hausfrauensoße</b> <sup>3,14,16,1,p,c,g,j</sup> <b>Kartoffeln</b>	<b>Nudelaufauf mit Fleischwurst</b> <sup>2,3,7,a,aw,ar,ae,c,g,h,hm,hpi,i,j</sup> <b>Tomatensauce</b> <sup>a,aw,p,g</sup>	<b>Sojageschnetzeltes</b> <b>Reis</b>
	419 kcal, 15 g Eiweiß, 36 g Fett, 10 g KH	838 kcal, 31 g Eiweiß, 38 g Fett, 90 g KH	242 kcal, 5 g Eiweiß, 1 g Fett, 53 g KH
<b>Samstag</b>	<b>Pichelsteiner Eintopf</b> <sup>i</sup>	<b>Karotten-Ingwer-Cremesuppe</b> <b>Geflügelklößchen</b> <sup>a,aw,c,j</sup>	<b>Quarkauflauf</b> <sup>a,aw,p,c,g</sup> <b>Kirschsauce</b>
	59 kcal, 3 g Eiweiß, 0 g Fett, 11 g KH	257 kcal, 9 g Eiweiß, 10 g Fett, 32 g KH	321 kcal, 38 g Eiweiß, 2 g Fett, 35 g KH
<b>Sonntag</b>	<b>Schweinebauch</b> <b>Bratensauce</b> <sup>2,a,aw,p,f,g</sup> <b>Sauerkraut</b> <b>Kartoffelgratin</b> <sup>p,c,g</sup>	<b>Hähnchenbrust</b> <b>Geflügelsoße</b> <sup>a,aw</sup> <b>Brokkoli</b> <sup>a,aw,g,i</sup> <b>Kartoffeln</b>	<b>Bunte Gemüseplatte</b> <sup>a,aw,g,i</sup> <b>Sauce Hollandaise</b> <sup>p,c,g</sup> <b>Kartoffeln</b>
	736 kcal, 32 g Eiweiß, 46 g Fett, 44 g KH	332 kcal, 32 g Eiweiß, 8 g Fett, 6 g KH	370 kcal, 7 g Eiweiß, 27 g Fett, 21 g KH

Wir wünschen einen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten