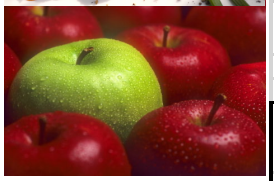

GerCare Servicegesellschaft UG

Mittagspeiseplan für die Woche vom 25.01.2021 bis 31.01.2021

	Vollkost - Menü I			Leichte Vollkost - Menü II			Nachtisch
Montag							
25.01.21	**Zigeunerschnitzel**	458 kcal	42 gKH	**Marillenknödel**	458 kcal	67 gKH	**Fruchtjoghurt**
	Kartoffelpüree			**mit Vanillesoße**			
	und Paprikasoße						
	2,3,8,a,h,j	**458 kcal**		2,3,6,4,h,j	**458 kcal**		
Dienstag				**gebackener Leberkäse**			
26.01.21	**Nudeln**	46 kcal	17 gKH	**mit Kartoffeln,**	319 kcal	33 gKH	**Schokopudding**
	mit Käse-Sahnesoße	127 kcal	27 gKH	**gemsichtem Gemüse**			
				und Soße			
	1,2,3,h,	**473 kcal**		1,7,b,e,j	**319 kcal**		
Mittwoch	**Bratwurst**	321 kcal					
27.01.21	**mit Püree, Wirsing**	54 kcal	14 gKH	**mit Hackfleisch gefüllte**	232 kcal	46 gKH	**Rote Grütze**
	und Soße	127 kcal	27 gKH	**Paprika mit Butterreis**	127 kcal	27 gKH	
	7,a,b,f,h,j	**461 kcal**		2,3,6,7,8,b,e,h,j	**359 kcal**		
Donnerstag	**Hackbraten**	251 kcal	34 gKH	**Hähnchenkeulen**			
28.01.21	**mit Gemüse**	58 kcal	14 gKH	**Kartoffelwedges**	227 kcal	34 gKH	**Apfelkompott**
	Kartoffeln und	127 kcal	27 gKH	**Sommergemüse**	127 kcal	27 gKH	
	Soße			**und Soße**	54 kcal	19 kcal	
	2,3,8,a,e,j	**436 kcal**		1,2,3,h,	**408 kcal**		
Freitag	**Heringsfilet nach**	198 kcal	20 gKH				
29.01.21	**Hausfrauenart**	127 kcal	27 gKH	**Käsespätzle mit**	257 kcl	32 gKH	**Fruchtquark**
	mit Salzkartoffeln	54 kcal	19 gKH	**Salat und Soße**	127 kcal	27 gKH	
	2,3,10,b,e,j	**379 kcal**		1,7,b,e,j	**384 kcal**		
Samstag	**Grünkohl**	173 kcal	20 Gkh				
30.01.21	**mit Kartoffeln**	127 kcal	27 gKH	**deftige Kartoffelsuppe**	263 kcal	36 gKH	**Fruchtsalat**
	und Mettenden	54 kcal	27 gKH	**mit Bockwurst**	127 kcal	27 gKH	
	2, 3,8,a,e,j	**354 kcal**		1,2,3,h,	**390 kcal**		
Sonntag	**Kohlroulade**	183 kcal	10 gKH	**gefüllter Spießbraten**			
31.01.21	**mit Kartoffeln**	54 kcal	4 gKH	**mit Kartoffelpüree und**	223 kcsl	53 gKH	**Erdbeerpudding**
	und Kümmelsoße	127 kcal	27 gKH	**Blumenkohlgemüse**	127 kcal	27 gKH	
	1,2,a,b,e,j,	**365 kcal**		1,2,3,7,8,b,h,j	**350 kcal**		

Ihr Küchen-Team wünscht "Guten Appetit"

Zusatzstoffe

1 Glutenhaltig, 2 Milchprodukte, 3 Eier, 4 Soja, 5 Erdnüsse, 6 Schalenfrüchte, 7 Sellerie, 8 Senf, 10 Fisch, 11 Sesamsamen, Schwefeldioxid u. Sulfite, 12 Lupinen

a Farbstoff, b Konservierungsstoff, c Nitritpökelsalz, d geschwefelt, e geschwärzt, g Phosphat, h Geschmacksverstärker, i gewachst, j Süßungsmittel, m kann bei übermäßigen Verzehr abführend wirken

Änderungen vorbehalten