



Mittagspeiseplan für die Woche vom 05.07.2021 bis 11.07.2021



	Vollkost - Menü I	Leichte Vollkost - Menü II	Nachtsch
Montag	Jägerschnitzel mit Salzkartoffeln und Gemüse	Quarkkeulchen mit Vanillesoße	Fruchtjoghurt
05.07.21	127 kcal 27 gKH 331 kcal 19 gKH 2, 3, 8, a, h, j 458 kcal	458 kcal 67 gKH 458 kcal	
Dienstag	Nudel-Schinken-Auflauf mit Schnittlauchsoße und Salat	Geflügelfrikadelle mit Nudeln, Soße und Spargel-Karotten-Gemüse	Pudding
06.07.21	346 kcal 17 gKH 127 kcal 27 gKH 1, 2, 3, h, 473 kcal	319 kcal 33 gKH 319 kcal	
Mittwoch	Grillen	Grillen	Frischobst
07.07.21	7, a, b, f, h, j 339 kcal	2, 3, 6, 7, 8, b, e, h, j 359 kcal	
Donnerstag	Rindergulasch mit Nudeln	Spaghetti "Napoli" mit Tomatensahnesoße und Salat	Mandarinen Kompott
08.07.21	238 kcal 25 gKH 127 kcal 27 gKH 2, 3, 8, a, e, j 365 kcal	327 kcal 34 gKH 127 kcal 27 gKH 1, 2, 3, h, 454 kcal	
Freitag	Fischfilet Bordelaise mit Salzkartoffeln Kräutersoße	gefüllte Zucchini mit Tomatensauce und Reis	Milchreis Zimt-Zucker
09.07.21	198 kcal 20 gKH 127 kcal 27 gKH 54 kcal 19 gKH 2, 3, 10, b, e, j 379 kcal	257 kcal 32 gKH 75 kcal 11 gKH 127 kcal 27 gKH 1, 7, b, e, j 459 kcal	
Samstag	Linseneintopf mit Wurstwürfel	Hähnchenbrust mit Reis und Currysoße	Frischobst
10.07.21	173 kcal 20 Gkh 127 kcal 27 gKH 2, 3, 8, a, e, j 354 kcal	263 kcal 36 gKH 263 kcal	
Sonntag	Krustenbraten mit Kartoffelknödel, Wirsing und Biersoße	Käse-Hacksteak mit Nudeln, Soße und Leipziger Allerlei	Schokomousse
11.07.21	183 kcal 10 gKH 54 kcal 4 gKH 127 kcal 27 gKH 1, 2, a, b, e, j, 365 kcal	223 kcal 78 gKH 127 kcal 27 gKH 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