

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

24.06.2024 - 28.06.2024



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Gemüsemaultaschen (a1,b,c,d) und Tomatensauce (2,d), dazu Salat Prod. 0 Verk. 0 2, 9 Portionsgewicht: 763 g, Fettpunkte: 29, Nährwert kj: 2879 kJ, Nährwert kcal: 686 kcal, Eiweißgehalt: 33,06 g, Fettgehalt: 28,84 g	Griechische Reispfanne mit Vollkornreis, Paprika, Tomaten und Hirtenkäse (c), dazu Rohkost mit Dipp(c) Prod. 0 Verk. 0 1, 2, 9 Portionsgewicht: 162,2 g, Fettpunkte: 10, Nährwert kj: 803 kJ, Nährwert kcal: 192 kcal, Eiweißgehalt: 3,78 g, Fettgehalt: 9,52 g	Geflügelbrust (4,8) (a1,d,h) mit Nudelsalat (a1,b) Prod. 0 Verk. 0 1, 2, 4, 8, 9 Portionsgewicht: 271,55 g, Fettpunkte: 34, Nährwert kj: 2647 kJ, Nährwert kcal: 630 kcal, Eiweißgehalt: 22,42 g, Fettgehalt: 34,07 g	Frühlingsrolle (a,a1,b) mit süß-saurer Soße (1,2,3,h), dazu Reis und Salat Prod. 0 Verk. 0 1, 2, 3 Portionsgewicht: 320,45 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 2097 kJ, Nährwert kcal: 498 kcal, Eiweißgehalt: 5,58 g, Fettgehalt: 1,42 g	Hähnchenbrust in Tomatensoße (a1) dazu Reis und Salat (c) Prod. 0 Verk. 0 2, 9 Portionsgewicht: 432,45 g, Fettpunkte: 9, Nährwert kj: 2125 kJ, Nährwert kcal: 509 kcal, Eiweißgehalt: 6,18 g, Fettgehalt: 8,84 g
Menü 2	Balkantopf (9, a1,d) dazu Reis und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 386,35 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 1745 kJ, Nährwert kcal: 415 kcal, Eiweißgehalt: 30,04 g, Fettgehalt: 3,73 g	Hühnerfrikassee (a=Weizen,c, a1) mit Reis und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 299,36 g, Fettpunkte: 7, Nährwert kj: 1664 kJ, Nährwert kcal: 398 kcal, Eiweißgehalt: 17,7 g, Fettgehalt: 7,14 g	Backfisch mit Currysoße (a1,e,) dazu Reis und Salat Prod. 0 Verk. 0 1, 2, 9 Portionsgewicht: 516,41 g, Fettpunkte: 8, Nährwert kj: 2811 kJ, Nährwert kcal: 688 kcal, Eiweißgehalt: 14,92 g, Fettgehalt: 8,05 g a1, b, e	Hähnchenschnitzel (a1,b,h) , Bratensoße (a1) Schmörgelchen und Gemüse(a1,c) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 473,2 g, Fettpunkte: 10, Nährwert kj: 1727 kJ, Nährwert kcal: 410 kcal, Eiweißgehalt: 3,71 g, Fettgehalt: 10,11 g	Erseneintopf (d) mit Einlage (3,4,d,h) und Brot (a1,c,d,f,g,i) Prod. 0 Verk. 0 4, 8 Portionsgewicht: 508 g, Fettpunkte: 24, Nährwert kj: 2391 kJ, Nährwert kcal: 570 kcal, Eiweißgehalt: 26,93 g, Fettgehalt: 23,99 g
Menü 3	veg. Geschnetzeltes (a1,c,j) mit Reis und Salat Prod. 0 Verk. 0 a, c, j Portionsgewicht: 402,4 g, Fettpunkte: 21, Nährwert kj: 2082 kJ, Nährwert kcal: 495 kcal, Eiweißgehalt: 28,45 g, Fettgehalt: 21,18 g	Nudelauflauf 'vegetarisch' (9,a=Weizen,c,d) mit Käse (c) überbacken Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 288,48 g, Fettpunkte: 10, Nährwert kj: 1378 kJ, Nährwert kcal: 328 kcal, Eiweißgehalt: 14,12 g, Fettgehalt: 10,43 g	Möhrenschnitzel (a1,b,h), Kräutersoße (a1,c), Kartoffelgnocchi (a1,b,c,d,h) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 420,98 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 1985 kJ, Nährwert kcal: 471 kcal, Eiweißgehalt: 14,96 g, Fettgehalt: 4,32 g	Gemüse-Brokkolipfanne(g,d) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 184,4 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 828 kJ, Nährwert kcal: 198 kcal, Eiweißgehalt: 10,4 g, Fettgehalt: 11,69 g	Vampir-Burger,(Rote-Bete-Puffer)(a1,b,c,d,g,h,i,j) im Brötchen (a1-6,b,c,i,j) Ketchup, Wedges(a1) Prod. 0 Verk. 0 2 a1, a2, a3, a4, a5, a6, Portionsgewicht: 287,05 g, Fettpunkte: 8, Nährwert kj: 1927 kJ, Nährwert kcal: 460 kcal, Eiweißgehalt: 2,85 g, Fettgehalt: 7,86 g
Dessert	Saisonobst Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 0 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Joghurt mit Früchten (c) Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 100 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 353 kJ, Nährwert kcal: 83 kcal, Eiweißgehalt: 2,8 g, Fettgehalt: 3,8 g	Kuchen (a1,b,c)(kann Spuren von Nüssen enthalten) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 70 g, Fettpunkte: 7, Nährwert kj: 946 kJ, Nährwert kcal: 226 kcal, Eiweißgehalt: 5,15 g, Fettgehalt: 7,31 g	Quark (52) mit Früchten (9) Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 102,7 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 425 kJ, Nährwert kcal: 101 kcal, Eiweißgehalt: 10,13 g, Fettgehalt: 0,65 g	Saisonobst Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 0 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g

Inhaltsstoffe:

1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln

a - Glutenhaltiges Getreide, a1 - Weizen, a2 - Roggen, a3 - Gerste, a4 - Hafer, a5 - Dinkel, a6 - Kamut, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, e - Fisch, g - Schalenfrüchte, h - Senf, i - Sesamsamen, j - Soja