

# Speisekarte

Speiseplan vom 15.07.2024 bis 21.07.2024 29. KW

	Menü 1 Vollkost	NW	Menü 2 leichte Vollkost	NW	Menü 3 Vegetarisch	NW	Dessert	NW
<b>Montag</b> <b>15.07.2024</b>	Brathering, <sup>1,11,a,a1,d,f</sup> Grüne Bohnen, <sup>g</sup> Bratkartoffeln	2367 kJ, 568 kcal, 36,94g Fett, 5,69g ges. FS, 33,09g KH, 3,09g Zucker, 21,53g Eiweiß, 3,31g Salz	Hähnchengeschnetzeltes, <sup>g,i</sup> Brokkoli, Curry Reis	1329 kJ, 314 kcal, 6,54g Fett, 2,12g ges. FS, 33,54g KH, 5,74g Zucker, 29,60g Eiweiß, 4,09g Salz	Rustikale Nudelpfanne <sup>a,a1,c,g</sup>	796 kJ, 190 kcal, 7,68g Fett, 2,28g ges. FS, 23,76g KH, 3g Zucker, 4,68g Eiweiß, 1,5g Salz	Kompott	129 kJ, 30 kcal, 0,08g Fett, 0,08g ges. FS, 6,4g KH, 6,4g Zucker, 0,32g Eiweiß, 0g Salz
<b>Dienstag</b> <b>16.07.2024</b>	Schweinenackensteak, Bratensauce, Kohlrabirahmgemüse, <sup>g</sup> Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>	1840 kJ, 439 kcal, 24,92g Fett, 9,69g ges. FS, 23,07g KH, 6,00g Zucker, 28,92g Eiweiß, 2,01g Salz	Spätzlegemüse Pfanne mit Kasseler, <sup>2,3,8,a,a1,c</sup> helle Sauce <sup>g</sup>	1925 kJ, 460 kcal, 22,56g Fett, 4,55g ges. FS, 36,64g KH, 2,61g Zucker, 26,59g Eiweiß, 5,43g Salz	Gemüseschnitzel, <sup>a,a1</sup> helle Sauce, <sup>g</sup> Kohlrabirahmgemüse, <sup>g</sup> Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>	1936 kJ, 463 kcal, 21,77g Fett, 3,14g ges. FS, 52,88g KH, 9,44g Zucker, 9,84g Eiweiß, 2,16g Salz	Joghurtspeise <sup>g</sup>	546 kJ, 129 kcal, 3,5g Fett, 2,3g ges. FS, 20,9g KH, 19,76g Zucker, 3,51g Eiweiß, 0,14g Salz
<b>Mittwoch</b> <b>17.07.2024</b>	Schweinebraten, Grüne Bohnen, <sup>g</sup> Kartoffelpüree <sup>1,3,5,g,1</sup>	1750 kJ, 419 kcal, 25,66g Fett, 10,18g ges. FS, 19,70g KH, 1,90g Zucker, 24,82g Eiweiß, 2,00g Salz	Gemüse Eintopf, <sup>i</sup> Wiener Würst <sup>2,3,8</sup>	1534 kJ, 369 kcal, 28,48g Fett, 6,34g ges. FS, 11,07g KH, 8,72g Zucker, 16,23g Eiweiß, 6,08g Salz	Milchreis mit Früchten <sup>g</sup>	1540 kJ, 364 kcal, 9,25g Fett, 5,56g ges. FS, 59,46g KH, 39,01g Zucker, 10,3g Eiweiß, 1,23g Salz	Fruchtquark <sup>g</sup>	557 kJ, 133 kcal, 2,3g Fett, 1,48g ges. FS, 14,18g KH, 14,06g Zucker, 10,28g Eiweiß, 0,05g Salz
<b>Donnerstag</b> <b>18.07.2024</b>	Dicke Bohneneintopf mit Kasseler <sup>2,3,8</sup>	884 kJ, 212 kcal, 6,97g Fett, 2,02g ges. FS, 18,53g KH, 2,75g Zucker, 16,83g Eiweiß, 3,68g Salz	Hähnchenoberkeulen Fleisch ohne Knochen, Bratensauce, <sup>a,a1,a3</sup> Kaisergemüse, <sup>g</sup> Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>	2350 kJ, 562 kcal, 33,36g Fett, 9,64g ges. FS, 33,71g KH, 6,38g Zucker, 28,69g Eiweiß, 4,66g Salz	Gemüsebulgur, <sup>a,a1,i</sup> Gartenkräutersoße <sup>a,a1,g,i</sup>	1549 kJ, 367 kcal, 7,87g Fett, 4,71g ges. FS, 59,97g KH, 6,35g Zucker, 10,70g Eiweiß, 3,93g Salz	Pudding <sup>1-g</sup>	367 kJ, 87 kcal, 1,39g Fett, 0,9g ges. FS, 15,43g KH, 9,41g Zucker, 3,09g Eiweiß, 0,13g Salz
<b>Freitag</b> <b>19.07.2024</b>	Rotbarsch in Eihülle gebraten, <sup>a,a1,c,d</sup> Kräutersauce, <sup>g</sup> Erbsen-Möhrengemüse, <sup>g</sup> Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>	2970 kJ, 713 kcal, 46,91g Fett, 6,31g ges. FS, 35,42g KH, 7,20g Zucker, 33,40g Eiweiß, 1,84g Salz	Eieromelett, <sup>c,g</sup> Kräutersauce, <sup>g</sup> Kaisergemüse, <sup>g</sup> Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>	1591 kJ, 380 kcal, 16,98g Fett, 7,59g ges. FS, 30,11g KH, 6,00g Zucker, 22,79g Eiweiß, 2,79g Salz	Quarkkeulchen mit Vanillesauce und Apfelkompott <sup>1,3,a,a1,c,g</sup>	1986 kJ, 472 kcal, 11,92g Fett, 2,16g ges. FS, 77,53g KH, 43,75g Zucker, 12,56g Eiweiß, 1,27g Salz	Götterspeise <sup>1</sup>	725 kJ, 171 kcal, 0g Fett, 0g ges. FS, 40,93g KH, 40,87g Zucker, 1,47g Eiweiß, 0,01g Salz
<b>Samstag</b> <b>20.07.2024</b>	Kräuterbraten vom Schwein, Bratensauce, <sup>a,a1,a3</sup> Apfelrotkohl, <sup>11,3</sup> Rosmarinkartoffeln	2324 kJ, 556 kcal, 24,41g Fett, 9,72g ges. FS, 50,90g KH, 18,46g Zucker, 28,35g Eiweiß, 8,29g Salz	Putengulasch, <sup>i</sup> Blumenkohlgemüse, <sup>g</sup> Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>	1533 kJ, 366 kcal, 17,00g Fett, 3,85g ges. FS, 25,24g KH, 5,41g Zucker, 25,11g Eiweiß, 2,53g Salz	Allergene und Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff/en, 11 = mit Zuckerart/en und Süßungsmittel/n, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 5 = geschwefelt, 8 = mit Phosphat/en, a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a3 = Gerste, c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, f = Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g = Milch daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, l = Schwefeldioxid und Sulfite > 10 mg/kg oder 10mg/l		Grießbrei mit Aprikosenkompo tt <sup>a,a1,g</sup>	803 kJ, 190 kcal, 3,90g Fett, 2,32g ges. FS, 32,18g KH, 18,25g Zucker, 5,86g Eiweiß, 0,17g Salz
<b>Sonntag</b> <b>21.07.2024</b>	Schweine Hacksteak, <sup>a,a1,c,j</sup> gebratene Champignons, Kräutersauce, <sup>g</sup> Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>	1936 kJ, 464 kcal, 28,89g Fett, 10,96g ges. FS, 24,62g KH, 2,13g Zucker, 23,99g Eiweiß, 3,28g Salz	Rinderbraten, Bratensauce, <sup>a,a1,a3</sup> Vitales Gemüse, <sup>i</sup> Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>	1394 kJ, 333 kcal, 8,92g Fett, 4,53g ges. FS, 34,94g KH, 5,69g Zucker, 26,12g Eiweiß, 4,33g Salz			Buttermilch- Dessert <sup>g</sup>	494 kJ, 117 kcal, 4,1g Fett, 2,8g ges. FS, 15,9g KH, 15,6g Zucker, 3,7g Eiweiß, 0,2g Salz