





**Mittagsspeiseplan vom 1. Woche**

*Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit*

	<b>Menü 1</b> (1.500 Kcal) Reduktionskost	<b>Kenn- zeich- nung</b>	<b>Menü 2</b> (2.000 Kcal) fettmodifizierte Kost	<b>Kenn- zeich- nung</b>	<b>Menü 3</b> (vegetarisch)	<b>Kenn- zeich- nung</b>
<b>Montag</b>	ungarisches Gulasch vom Rind Bio - Spirelli Salat vom Buffet, Frischobst Kcal:311, EW:29,1g, F:10g, KH:27g	A, I	Zucchini- suppe Hühnerfrikassee mit Bio-Gemüsereis Salat vom Buffet, Frischobst Kcal:575, EW:42,3g, F:17g, KH:62g	A, G, I	Zucchini- suppe Gemüseragout mit Räuchertofu, Reis Salat vom Buffet, Frischobst Kcal:684, EW:44,6g, F:32g, KH:53g	A, F, G, I
<b>Dienstag</b>	Schweinerückensteak, Apfel-Senf-Sauce Erbsen, Kartoffelpüree Kcal:449, EW:31,8g, F:17g4, KH:46	A, G, I, J, L	klare Rinderbrühe Florentiner Ofenfisch mit Blattspinat Romanesco, Kartoffeln Frischobst Kcal:639, EW:24,4g, F:26g, KH:85g	A, D, G, I, J, L	Gemüsebrühe mit Reiseinlage Spaghetti mit roter Linsensauce Romanesco Dessert Kcal:507, EW:17,9g, F:19g, KH:74g	A, C, G, I
<b>Mittwoch</b>	 DE-ÖKO- Bio Menü gem. EG- ÖkoVO Penne rigate mit Bolognese Sauce (Rind) Salat vom Buffet, Frischobst Kcal:398, EW:30,3g, F:21g, KH:25g	A, I	geröstete Griessuppe Schweinesteak mit Käse-Zwiebelsauce Kartoffelpüree Salat vom Buffet, Dessert Kcal:577, EW:32,2, F:39, KH: 26	A, G, I, L	Blumenkohl- Tofu Bratling Kartoffelpüree Salat vom Buffet, Dessert Kcal:418, EW:19,3g, F:19g, KH:42g	A, C, F, G, I
<b>Donnerstag</b>	Putenbraten mit grünem Pfeffer Grillkartoffeln, Tomatensauce Broccoligemüse Dessert Kcal:343 EW:24,1g, F:10g, KH:40g	A, C, I, 3	Spinatcremesuppe Schweinefilet mit Estragon-Senfsauce Tomatenreis und Bohnengemüse Dessert Kcal: 728, EW: 50,1g, F:20g, KH:82g	A, G, I, J	Geröstete Griessuppe Champignons und Steinpilze mit Tagliatelle und Gemüse, Kräutersauce Dessert Kcal:492, EW:16,2g, F:16g, KH:70g	A, G, I 
<b>Freitag</b>	Brasilianische Fischpfanne mit Chili und Kokos, Bio - Reis Salat vom Buffet Kcal:406, EW:36,4g, F:18g, KH:28g	A, D, G, I,	Hühnerbrühe Spaghetti mit Hackfleischsauce Salat vom Buffet Frischobst Kcal:681, EW: 52,4g, F:31g, KH:51g	A, C, I	Champignoncremesuppe Krautauflauf mit Quinoa und Hirse und Kräutersauce Salat vom Buffet, Frischobst Kcal:584, EW:29,9g, F:19g, KH:71g	A, C, I, L
<b>Samstag</b>	Erbseneintopf mit Putenkassler Mehrkornbrötchen Kcal:399, EW:16,7g, F:6g, KH:68g	A, I, L, 1, 5	Erbseneintopf mit Putenkassler Mehrkornbrötchen Kompott/Obst Kcal:419, EW:22,9g, F9g, KH:59g	A, I, L, 1, 5	Gemüse-Nudeleintopf mit vegetarischen Klößchen, Mehrkornbrötchen Obst/Kompott Kcal:548, EW:18,4g, F:11g, KH: 91g	A, C, F, I, K, L
<b>Sonntag</b>	Rinderbraten mit Schmorzwiebeln Karottengemüse Kartoffelklöße Kcal:325, EW:25,9g, F:10g, KH:29g	A, I	Kerbelcremesuppe Rinderbraten in Pfeffersauce Karottengemüse, Bio - Spirelli Nudeln Eisdessert Kcal:643g EW:49,8g, F:18g, KH:62g	A, I,	Kerbelcremesuppe Käse-Kartoffel-Rösti Karottengemüse, Bio-Nudeln Eisdessert Kcal:669, EW:28,8g, F:23g, KH:82g	A, C, I, L

Änderungen vorbehalten