

Datum	Menü 1 / Diät	Bitte hier die Menge eintragen	Menü 2	Bitte hier die Menge eintragen	Vegetarisch	Bitte hier die Menge eintragen
Montag, 27.01.2020	Rahmspinat mit Kräuterröhrei und Salzkartoffeln 396,2 kcal 1660,3 kj 6,2 BE 13,2g Eiweiß 10,9g Fett 58,3g KH Zusatzstoffe: Allergene: a, c, g, a1	kleines Menü	Bremer Knipp mit Kartoffeln und Kürbis 349,3 kcal 1442,5 kj 7,4 BE 13,4g Eiweiß 17g Fett 35,3g KH Zusatzstoffe: 4 Allergene: a, g	kleines Menü	Kartoffel-Gratin mit Gurkensalat und Schmand 413,1 kcal 1700,2 kj 14,5 BE 8,6g Eiweiß 24,7g Fett 37,9g KH Zusatzstoffe: 3, 5 Allergene: a, g, i, j, l, a1	kleines Menü
Dienstag, 28.01.2020	Königsberger Klopse in Kapernsoße, mit Kartoffeln und Roter Beete 542,6 kcal 2264 kj 12,6 BE 34,8g Eiweiß 32,6g Fett 26,7g KH Zusatzstoffe: 15 Allergene: a, c, g, j, a1	kleines Menü	Bauernfrühstück mit Röhrei und Gewürzgurke 406,4 kcal 1694,7 kj 9,6 BE 26,1g Eiweiß 19,5g Fett 28,6g KH Zusatzstoffe: 1, 2, 3 Allergene: c, g	kleines Menü	Tortellini mit Tomatensoße und Salat 545,3 kcal 2267,7 kj 10,3 BE 14,2g Eiweiß 25,2g Fett 62,3g KH Zusatzstoffe: 2 Allergene: a, c, g, a1	kleines Menü
Mittwoch, 29.01.2020	Hähnchenbrustfilet mit Honig-Fingermöhren und Salzkartoffeln 510,9 kcal 2141,9 kj 6,6 BE 37,2g Eiweiß 14g Fett 56,1g KH Zusatzstoffe: Allergene: a, g, a1	kleines Menü	Möhreneintopf mit Bockwurst 251 kcal 1024 kj 5,4 BE 8,5g Eiweiß 11,3g Fett 26,4g KH Zusatzstoffe: 1, 2, 3, 8 Allergene: g, h, i, h3	kleines Menü	Pfannkuchen mit Apfelmus 670,6 kcal 2793,1 kj 14,1 BE 17,4g Eiweiß 33,2g Fett 72,2g KH Zusatzstoffe: 15 Allergene: a, c, g, h, a1, h1, h7	kleines Menü
Donnerstag, 30.01.2020	Bockwurst auf Sauerkraut mit Kartoffelstampf 793,8 kcal 3273,6 kj 25,6 BE 27,1g Eiweiß 55,1g Fett 43,7g KH Zusatzstoffe: 2, 3, 5, 8, 15 Allergene: a, c, g, i, l, a1, a3	kleines Menü	Eisbeinsülze mit Remouladensoße und Bratkartoffeln 872,3 kcal 3628,9 kj 15,3 BE 26,4g Eiweiß 61,3g Fett 50,4g KH Zusatzstoffe: 1, 2, 3, 5, 8, 9 Allergene: a, c, g, i, j, l, a1	kleines Menü	Kartoffelrösti mit Gemüse überbacken 395,7 kcal 1659,5 kj 7,3 BE 12,4g Eiweiß 14,1g Fett 53,1g KH Zusatzstoffe: 15 Allergene: a, c, g, a1	kleines Menü
Freitag, 31.01.2020	Seelachs in Kartoffelkruste, Kopfsalat in Sahne, Dillkartoffeln 582,9 kcal 2438,2 kj 18,9 BE 21,8g Eiweiß 30,5g Fett 46,9g KH Zusatzstoffe: 1, 3, 15 Allergene: a, c, d, g, h, l, a1, h2	kleines Menü	Bandnudeln mit Sauce Cabonara 355,5 kcal 1469,1 kj 8,4 BE 11,2g Eiweiß 13,7g Fett 45,9g KH Zusatzstoffe: 1, 2, 3, 8 Allergene: a, c, g, h, a1, h3	kleines Menü	Salatteller mit Schafskäse und Oliven 201,7 kcal 818,7 kj 6,8 BE 10,9g Eiweiß 11,3g Fett 13,6g KH Zusatzstoffe: 2, 3, 5, 6 Allergene: g, l	kleines Menü
Samstag, 01.02.2020	"Pichelsteiner" Eintopf mit Fleischeinlage 443 kcal 1853,2 kj 13,6 BE 20,2g Eiweiß 26,7g Fett 29,6g KH Zusatzstoffe: 1, 3 Allergene: a, g, i, a1, a3	kleines Menü	Michreis mit Zimt und Zucker 200 kcal 847,1 kj 1,5 BE 7,9g Eiweiß 2,3g Fett 36,9g KH Zusatzstoffe: Allergene: g	kleines Menü	Tomatensuppe mit Sauerrahm 242,8 kcal 1026,9 kj 1,6 BE 8,8g Eiweiß 2,4g Fett 46g KH Zusatzstoffe: Allergene: g	kleines Menü
Sonntag, 02.02.2020	Putenbraten "Gärtnerin" mit Gemüsejulienne und Petersilienkartoffeln 506,8 kcal 2116,3 kj 12,5 BE 42,7g Eiweiß 19,6g Fett 35,5g KH Zusatzstoffe: Allergene: a, f, g, i, a1, a3	kleines Menü	Putenbraten "Gärtnerin" mit Gemüsejulienne und Petersilienkartoffeln 506,8 kcal 2116,3 kj 12,5 BE 42,7g Eiweiß 19,6g Fett 35,5g KH Zusatzstoffe: Allergene: a, f, g, i, a1, a3	kleines Menü	Gebackener Hirtenkäse im Knuspermantel an Gemüse mit Bratnudeln 686 kcal 2872 kj 13,2 BE 26,9g Eiweiß 25,1g Fett 85,4g KH Zusatzstoffe: 2 Allergene: a, c, f, g, a1	kleines Menü

Änderungen vorbehalten! Zusatzstoffe / Allergene sind enthalten.
Siehe ausgehängte Zusatzlegende

Bitte den ausgefüllten Plan bis zum 22.01.20 dem Fahrer mitgeben!

Wir wünschen guten Appetit!