

Datum	Menü 1 / Diät	Bitte hier die Menge eintragen	Menü 2	Bitte hier die Menge eintragen	Vegetarisch	Bitte hier die Menge eintragen
Montag, 11.11.2019	Oldenburger Spießbraten in eigener Sauce mit Rosenkohl und Kartoffeln 513,7 kcal 2145,1 kj 14,7 BE 28,6g Eiweiß 31,2g Fett 29,6g KH Zusatzstoffe: Allergene: a, g, i, a1	kleines Menü	Wurstchen Nürnberger Art in Rahmsauce dazu Weinsauerkraut und Püree 411,9 kcal 1713,6 kj 11,3 BE 11g Eiweiß 25,5g Fett 27,9g KH Zusatzstoffe: 2, 3, 8, 11, 15, 34 Allergene: g, i, l	kleines Menü	Gemüsebratling in Kräutersahnesauce dazu Rosenkohl und Kartoffeln 475,1 kcal 1994,7 kj 3,4 BE 13,3g Eiweiß 14,6g Fett 67,7g KH Zusatzstoffe: 1 Allergene: a, g, i, a1, a4	kleines Menü
Dienstag, 12.11.2019	Gedünstetes Fischfilet in Senf Kapernsauce dazu buntes Gemüse und Butterkartoffeln 558,4 kcal 2345,6 kj 7,3 BE 35,7g Eiweiß 19,1g Fett 60,4g KH Zusatzstoffe: 1 Allergene: a, c, d, g, i, j, a1	kleines Menü	Currysahnehuhn mit Früchten dazu Butterreis und Salat 502,1 kcal 2114,3 kj 7,7 BE 22,8g Eiweiß 17,6g Fett 62,5g KH Zusatzstoffe: 15 Allergene: a, g, i, j, a1	kleines Menü	Vanille Grießflammerie mit heissem Zimtpflaumen 605,1 kcal 2540,9 kj 12,5 BE 13,4g Eiweiß 19,3g Fett 92,7g KH Zusatzstoffe: 3 Allergene: a, g, a1	kleines Menü
Mittwoch, 13.11.2019	Geschnetzeltes von der Hähnchenbrust in Pilzrahm dazu junges Gemüse und Nudeln 523,7 kcal 2205,9 kj 6 BE 37g Eiweiß 13,7g Fett 52,1g KH Zusatzstoffe: 2, 3, 8, 11, 15, 34 Allergene: a, c, g, l, a1	kleines Menü	Oldenburger Grünkohl mit Pinkel, Kochwurst & Kasseler dazu Kartoffeln 535,9 kcal 2224,3 kj 14,7 BE 18,2g Eiweiß 35,3g Fett 30,2g KH Zusatzstoffe: 2, 3, 8, 15, 34 Allergene: a, j, a4	kleines Menü	Kürbiscremesuppe mit Einlage 369 kcal 1536 kj 13,8 BE 5,5g Eiweiß 22,7g Fett 35,6g KH Zusatzstoffe: Allergene: a, g, a1	kleines Menü
Donnerstag, 14.11.2019	Hacksteak in Pfefferrahmsauce dazu Kräuterrahmkohlrabi und Kartoffeln 624,7 kcal 2606 kj 17,9 BE 29,9g Eiweiß 36,6g Fett 40g KH Zusatzstoffe: Allergene: a, c, g, i, j, a1	kleines Menü	Kasseler in Rahmsauce dazu Ananaskraut und Stampfkartoffeln 526,8 kcal 2193 kj 13,1 BE 30,4g Eiweiß 30,2g Fett 26,8g KH Zusatzstoffe: 2, 3, 8, 11, 15, 34 Allergene: g, i, l	kleines Menü	Wiener Kaiserschmarrn mit Rosinen, und Mandeln dazu Apfelkompott 569,1 kcal 2422,4 kj 5,1 BE 9,7g Eiweiß 9,8g Fett 108,4g KH Zusatzstoffe: 3 Allergene: a, c, g, a1	kleines Menü
Freitag, 15.11.2019	Seelachsschnitte in Ei - Sesamhülle, Dillsauce dazu Butterkartoffeln und Salatbeilage 371,7 kcal 1558,6 kj 6,9 BE 28g Eiweiß 12,1g Fett 36g KH Zusatzstoffe: Allergene: a, c, d, g, i, k, a1	kleines Menü	Königsberger Klopse in Kaperntunke dazu Reis und Salatbeilage 467,4 kcal 1967,7 kj 7,2 BE 13,7g Eiweiß 18,9g Fett 59,6g KH Zusatzstoffe: 9 Allergene: a, c, g, a1	kleines Menü	Rosenkohlaufauf mit Käse überbacken, Creme fraîche Sauce 280,3 kcal 1166,8 kj 9,5 BE 10,9g Eiweiß 16,7g Fett 17,5g KH Zusatzstoffe: 1, 15 Allergene: g	kleines Menü
Samstag, 16.11.2019	Wirsingkohleintopf mit Kochwurst 250,1 kcal 1047,5 kj 4,3 BE 18g Eiweiß 10,9g Fett 18,7g KH Zusatzstoffe: 3 Allergene: a, c, g, i, a1, a2, a3, a4	kleines Menü	Wirsingkohleintopf mit Kochwurst 250,1 kcal 1047,5 kj 4,3 BE 18g Eiweiß 10,9g Fett 18,7g KH Zusatzstoffe: 3 Allergene: a, c, g, i, a1, a2, a3, a4	kleines Menü	Herbstliche Pilzrahmsuppe mit Kräutern und Röstbrotwürfeln 251,3 kcal 1042,3 kj 11,1 BE 7,4g Eiweiß 17,5g Fett 15,4g KH Zusatzstoffe: Allergene: a, g, a1	kleines Menü
Sonntag, 17.11.2019	Rindersaftbraten in eigener Sauce dazu Apfelrotkohl und Salzkartoffeln 385,8 kcal 1612,6 kj 5,1 BE 28,8g Eiweiß 14,4g Fett 32,2g KH Zusatzstoffe: 3 Allergene: a, c, g, i, a1, a2, a3, a4	kleines Menü	Rindersaftbraten in eigener Sauce dazu Apfelrotkohl und Salzkartoffeln 385,8 kcal 1612,6 kj 5,1 BE 28,8g Eiweiß 14,4g Fett 32,2g KH Zusatzstoffe: 3 Allergene: a, c, g, i, a1, a2, a3, a4	kleines Menü	Eier in Senfsahnesauce mit Sommergemüse und Kartoffelstampf 508,7 kcal 2132,3 kj 13,3 BE 25,3g Eiweiß 23,6g Fett 44,5g KH Zusatzstoffe: 1, 3, 15 Allergene: a, c, g, j, a1	kleines Menü

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

Bitte den ausgefüllten Plan bis zum 06.11.19 dem Fahrer mitgeben!

Wir wünschen guten Appetit!