

Datum	Menü 1 / Diät	Bitte hier die Menge eintragen	Menü 2	Bitte hier die Menge eintragen	Vegetarisch	Bitte hier die Menge eintragen
Montag, 30.12.2019	Hühnerfrikassee mit Spargel, Erbsen Champignons und Klösschen dazu Reis und Eissalat 425,1 kcal 1787,8 kj 6,3 BE 27,2g Eiweiß 11,7g Fett 52,1g KH	kleines Menü	Gestovte, grüne Bohnen mit Kasselerwürfeln und Püree 294,2 kcal 1231,1 kj 5,1 BE 14,2g Eiweiß 12,1g Fett 31,8g KH	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	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 1 Allergene: a, g, j, a1		Zusatzstoffe: 2, 3, 8, 15 Allergene: c, g		Zusatzstoffe: 3 Allergene: a, g, a1	
Dienstag, 31.12.2019	Neuer Matjes - Dilltopf mit Gurke, Apfel & Zwiebel dazu Butterbohnen und Salzkartoffeln 587,8 kcal 2443,6 kj 13,4 BE 16,5g Eiweiß 39,4g Fett 41,3g KH	kleines Menü	Thüringer Bratwurst mit Gemüse und Kartoffelpüree 269,2 kcal 1123,7 kj 5,4 BE 6,5g Eiweiß 12,3g Fett 30,1g KH	kleines Menü	Eier in Senfsahnesauce mit Gemüse und Kartoffelstampf 508,7 kcal 2132,3 kj 13,3 BE 25,3g Eiweiß 23,6g Fett 44,5g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 1, 2, 3, 5, 9 Allergene: a, c, d, g, l, a1		Zusatzstoffe: 3, 8, 15, 34 Allergene: g, i		Zusatzstoffe: 1, 3, 15 Allergene: a, c, g, j, a1	
Mittwoch, 01.01.2020	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	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	kleines Menü	Gebratenes Gemüseschnitzel in Schnittlauchsauce dazu Apfelrotkohl und Kartoffelklöße 562,5 kcal 2367,3 kj 3,1 BE 10,8g Eiweiß 15,4g Fett 90,7g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 2, 3, 8, 15, 34 Allergene: a, j, a4		Zusatzstoffe: 2, 3, 8, 15, 34 Allergene: a, j, a4		Zusatzstoffe: 3, 5, 15 Allergene: a, c, g, i, a1, a2, a3, a4	
Donnerstag, 02.01.2020	Hamburger Seemannslabskaus mit Spiegelei und Beilage 621,4 kcal 2604,5 kj 16,8 BE 35g Eiweiß 38,5g Fett 32,9g KH	kleines Menü	Jägerschnitzel vom Schwein dazu Blumenkohl und Petersilienkartoffeln 537,1 kcal 2245,2 kj 4,7 BE 30,8g Eiweiß 23,9g Fett 46,5g KH	kleines Menü	Bratkartoffeln mit Spiegelei und Beilage 471,3 kcal 1975,1 kj 6,3 BE 29,7g Eiweiß 24,3g Fett 32g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 2, 9 Allergene: c, g		Zusatzstoffe: Allergene: a, g, a1		Zusatzstoffe: 3, 5, 15 Allergene: c, l	
Freitag, 03.01.2020	Schollenfilet in Parmesan Eihülle dazu Petersilienkartoffeln und Salat 331,1 kcal 1393,9 kj 4,6 BE 28g Eiweiß 10,5g Fett 30,1g KH	kleines Menü	Geschnetzelte Kalbsleber "Berlinerart" dazu Gemüse und Püree 394,4 kcal 1657,7 kj 4 BE 33,2g Eiweiß 10,6g Fett 42g KH	kleines Menü	Milchreis mit heißen Kirschen, Zimt und Zucker 648,1 kcal 2725,2 kj 12,5 BE 13,5g Eiweiß 19,1g Fett 103,5g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 3, 5 Allergene: a, c, d, g, i, k, l, a1		Zusatzstoffe: 3 Allergene: a, g, a1		Zusatzstoffe: Allergene: g	
Samstag, 04.01.2020	Spitzkohleintopf mit Kochwurst 250,1 kcal 1047,5 kj 4,3 BE 18g Eiweiß 10,9g Fett 18,7g KH	kleines Menü	Spitzkohleintopf mit Kochwurst 250,1 kcal 1047,5 kj 4,3 BE 18g Eiweiß 10,9g Fett 18,7g KH	kleines Menü	Gestovtes Gemüse mit Stampfkartoffeln 239,5 kcal 1005,6 kj 3 BE 8,3g Eiweiß 6,6g Fett 36,9g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 3 Allergene: a, c, g, i, a1, a2, a3, a4		Zusatzstoffe: 3 Allergene: a, c, g, i, a1, a2, a3, a4		Zusatzstoffe: 3, 15 Allergene: a, c, f, g, j, a3	
Sonntag, 05.01.2020	Rahmgulasch vom Schwein mit Buttergemüse und Kartoffeln 327,2 kcal 1375,3 kj 2,9 BE 32g Eiweiß 7,6g Fett 30,2g KH	kleines Menü	Rahmgulasch vom Schwein mit Buttergemüse und Kartoffeln 327,2 kcal 1375,3 kj 2,9 BE 32g Eiweiß 7,6g Fett 30,2g KH	kleines Menü	Spätzle - Gemüseauflauf in Sahnesauce 442 kcal 1860,4 kj 8,1 BE 14g Eiweiß 13,5g Fett 64,6g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: Allergene: a, g, a1		Zusatzstoffe: Allergene: a, g, a1		Zusatzstoffe: 15 Allergene: a, c, g, i, a1	

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

Bitte den ausgefüllten Plan bis zum 25.12.19 dem Fahrer mitgeben!

Wir wünschen guten Appetit!