Essen auf Rädern
IMMER für Sie da!
Telefon 04408 - 93910

Speiseplan Harpstedt vom 20.05.19 bis 26.05.19

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Oldenburg-Land e.V.
Parkstraße 55b · 27798 Hude

Datum	Menü 1 / Diät		Bitte hier die Menge eintragen	Menü 2		Bitte hier die Menge eintragen	Vegetarisch		Bitte hier die Menge eintragen
Montag, 20.05.2019	Gebratene Frikadelle an Rahmsoße mit Butterkartoffeln und Gurkensalat	552,1 kcal 2294,5 kj 6,8 BE 25,6g Eiweiß 19,7g Fett 62,6g KH	kleines Menü	Römersalat mit Gurke,Tomate und Thunfisch	444,4 kcal 1834,7 kj 8,5 BE 34g Eiweiß 23,2g Fett 23g KH	kleines Menü	Spaghetti mit Kräuter-Tomatensoße	469,8 kcal 1979,8 kj 7,5 BE 18,8g Eiweiß 13g Fett 68,1g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 1, 3, 15	Allergene: a, c, g, j, a1		Zusatzstoffe: 6, 15	Allergene: g, j		Zusatzstoffe: 1, 2	Allergene: a, c, g, h, a1, h2	
Dienstag, 21.05.2019	Schnitzel "Zigeuner Art" mit Erbsen,Möhren und Kartoffelkroketten	653 kcal 2726,8 kj 11,5 BE 31,7g Eiweiß 26,8g Fett 68,5g KH	kleines Menü	Hackbällchen in Champignonrahmsoße mit Nudeln	877,2 kcal 3639,7 kj 14,9 BE 33,7g Eiweiß 33,9g Fett 106,4g KH	kleines Menü	"Vegetarischer" Kartoffeleintopf	334,3 kcal 1394,3 kj 7,5 BE 8,3g Eiweiß 13,6g Fett 42,5g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe:	Allergene: a, g, a1		Zusatzstoffe:	Allergene: a, c, g, i, a1		Zusatzstoffe: 15	Allergene: c, f, g, i	
Mittwoch, 22.05.2019	Kochwurst auf Rahmgemüse mit Salzkartoffeln	618,1 kcal 2581,3 kj 15,2 BE 19,8g Eiweiß 34,6g Fett 55,6g KH	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	kleines Menü	Gemüse-Kartoffelauflauf mit Kräutersoße	460,3 kcal 1918,7 kj 13,2 BE 15,3g Eiweiß 23,5g Fett 43,6g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 1, 2, 3, 4	Allergene: g, i, j		Zusatzstoffe: 1, 2, 3, 5, 8, 9	Allergene: a, c, g, i, j, l, a1		Zusatzstoffe: 1, 15	Allergene: c, g	
Donnerstag, 23.05.2019	Rahmspinat mit Kräuterrührei und Kartoffelpüree	351 kcal 1474,7 kj 7,1 BE 11,7g Eiweiß 12g Fett 47,1g KH	kleines Menü	Wrap(Fladenbrot) mit Hähnchenbruststreifen und Kräuterdipp	435,6 kcal 1814,1 kj 7,3 BE 28,5g Eiweiß 17,2g Fett 41,5g KH	kleines Menü	Kaiserschmarrn mit Vanillesoße	998,7 kcal 4255,7 kj 15,7 BE 33,6g Eiweiß 30,5g Fett 144,2g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 1, 3, 15	Allergene: a, c, g, l, a1		Zusatzstoffe: 1	Allergene: a, c, g, a1		Zusatzstoffe:	Allergene: a, c, g, a1	
Freitag, 24.05.2019	Gebratenes Rotbarschfilet an Bechamellsoße mit Chinakohlsalat und Salzkartoffeln	745,2 kcal 3125,7 kj 9,9 BE 26,2g Eiweiß 32,9g Fett 77,6g KH	kleines Menü	Eier in Senfsoße mit Salzkartoffeln	461,5 kcal 1922,6 kj 9,7 BE 20,4g Eiweiß 18,4g Fett 52,3g KH	kleines Menü	Käsespätzle mit Kräutern und roten Zwiebeln	611,1 kcal 2551,7 kj 17,6 BE 29,2g Eiweiß 31g Fett 54,9g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe:	Allergene: a, d, g, l, a1		Zusatzstoffe:	Allergene: a, c, g, i, a1		Zusatzstoffe: 15	Allergene: a, c, g, a1	
Samstag, 25.05.2019	Nudelsuppentopf mit Gemüse und Rindfleisch	371 kcal 1499,7 kj 7,8 BE 12,6g Eiweiß 11,8g Fett 53,4g KH	kleines Menü	Vanillegrieß mit Pfirsichwürfel	877,1 kcal 3720,2 kj 2,4 BE 5,2g Eiweiß 3,1g Fett 198,3g KH	kleines Menü	Geflügelcremesuppe mit Croutons	331 kcal 1330,1 kj 7,8 BE 11g Eiweiß 11,5g Fett 45,9g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe:	Allergene: a, c, g, i, a1, a3		Zusatzstoffe:	Allergene: a, g, a1		Zusatzstoffe:	Allergene: a, g, a1	
Sonntag, 26.05.2019	Frischer Spargel mit Sauce Hollandaise, Schweineschnitzel und Petersilienkartoffeln	807,3 kcal 3364,5 kj 30,8 BE 38,8g Eiweiß 51,8g Fett 40,8g KH	kleines Menü	Frischer Spargel mit Sauce Hollandaise, Schweineschnitzel und Petersilienkartoffeln	807,3 kcal 3364,5 kj 30,8 BE 38,8g Eiweiß 51,8g Fett 40,8g KH	kleines Menü	Gemüseschnitzel an Rahmsoße mit Salzkartoffeln	443,3 kcal 1838,1 kj 3,8 BE 14,3g Eiweiß 18,8g Fett 53g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 1, 5	Allergene: a, c, g, i, j, l, a1		Zusatzstoffe: 1, 5	Allergene: a, c, g, i, j, l, a1		Zusatzstoffe: 1	Allergene: a, c, g, h, a1, a4, h3	

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

Bitte den ausgefüllten Plan bis zum 15.05.19 dem Fahrer mitgeben!

Wir wünschen guten Appetit!