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

Speiseplan Harpstedt vom 17.06.19 bis 23.06.19

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, 17.06.2019	**Bockwurst auf Sauerkraut mit Kartoffelstampf**	793,9 kcal 3274,4 kj 25,6 BE 27,1g Eiweiß 55,1g Fett 43,8g KH	kleines Menü	**Kartoffel-Bolognese Auflauf**	506,1 kcal 2085,5 kj 13,3 BE 22,4g Eiweiß 21,5g Fett 53,8g KH	kleines Menü	**Schmorgemüse mit Petersilienkartoffeln**	183,5 kcal 771,2 kj 2,6 BE 7g Eiweiß 5,8g Fett 25,3g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 2, 3, 5, 8, 15	Allergene: a, c, g, i, l, a1, a3		Zusatzstoffe: 15	Allergene: a, g, a1		Zusatzstoffe: 1, 4	Allergene: a, g, j, a1	
Dienstag, 18.06.2019	**Hähnchenschenkel gebraten, an Mischgemüse mit Salzkartoffeln**	757,3 kcal 3153,7 kj 17,1 BE 46,6g Eiweiß 45,1g Fett 38,5g KH	kleines Menü	**Bauernfrühstück mit Rührei und Gewürzgurke**	406,4 kcal 1694,7 kj 9,6 BE 26,1g Eiweiß 19,5g Fett 28,6g KH	kleines Menü	**Kartoffelpuffer mit Apfelmus**	539,4 kcal 2261,9 kj 7,9 BE 11,1g Eiweiß 16,1g Fett 83,3g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe:	Allergene: g, h, h1, h7		Zusatzstoffe: 1, 2, 3	Allergene: c, g		Zusatzstoffe: 3	Allergene: c, g	
Mittwoch, 19.06.2019	**Schnitzel "Wiener Art" an Rahmsoße mit Blumenkohl und Kroketten**	713,9 kcal 2978,1 kj 13,1 BE 33,8g Eiweiß 36,6g Fett 59,8g KH	kleines Menü	**Bandnudeln mit Sauce Cabonara**	373,8 kcal 1546,9 kj 8,4 BE 11,1g Eiweiß 13,6g Fett 50,8g KH	kleines Menü	**Gemüsepfanne mit Weißkohl**	183,5 kcal 771,2 kj 2,6 BE 7g Eiweiß 5,8g Fett 25,3g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe:	Allergene: a, f, g, i, a1, a3		Zusatzstoffe: 1, 2, 3, 8	Allergene: a, c, g, h, a1, h3		Zusatzstoffe: 1, 4	Allergene: a, g, j, a1	
Donnerstag, 20.06.2019	**"Züricher" Sahnegeschnetzeltes mit Buttererbsen und Spiralnudeln**	593,1 kcal 2973,8 kj 12,7 BE 45,8g Eiweiß 23g Fett 77,2g KH	kleines Menü	**Römersalat mit Gurke,Tomate und Hähnchenbruststreifen**	444,4 kcal 1834,7 kj 8,5 BE 34g Eiweiß 23,2g Fett 23g KH	kleines Menü	**Spaghetti mit Rahmspinat**	399,7 kcal 1676,6 kj 7,9 BE 14g Eiweiß 13,2g Fett 53,7g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe:	Allergene: a, f, g, i, a1, a3		Zusatzstoffe: 6, 15	Allergene: g, j		Zusatzstoffe:	Allergene: a, c, f, g, a1	
Freitag, 21.06.2019	**Gebratenes Schollenfilet an Bechamellsoße mit Chinakohlsalat und Salzkartoffeln**	745,2 kcal 3125,7 kj 9,8 BE 26,2g Eiweiß 32,9g Fett 77,6g KH	kleines Menü	**Hackbällchen in Champignonrahmsoße mit Penne Nudeln**	877,2 kcal 3639,7 kj 14,9 BE 33,7g Eiweiß 33,9g Fett 106,4g KH	kleines Menü	**Petersilienkartoffeln mit Kräuter-Gurkenquark und Salat**	396,4 kcal 1649,6 kj 5,4 BE 20,7g Eiweiß 8,5g Fett 57,6g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe:	Allergene: a, d, g, l, a1		Zusatzstoffe:	Allergene: a, c, g, i, a1		Zusatzstoffe:	Allergene: g	
Samstag, 22.06.2019	**Linseneintopf mit Kasslerwürfel**	491,2 kcal 2043,7 kj 9,1 BE 23,7g Eiweiß 27,3g Fett 35,3g KH	kleines Menü	**Vanille-Grießbrei mit roter Grütze**	188,2 kcal 795,3 kj 1,5 BE 1,5g Eiweiß 2,2g Fett 40g KH	kleines Menü	**Spargelcremesuppe mit Kräutercroutons**	29,8 kcal 123,8 kj 1,1 BE 0,7g Eiweiß 1,9g Fett 2,2g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 2, 3, 8	Allergene: g, h, i, h1, h7		Zusatzstoffe:	Allergene: a, g, a1		Zusatzstoffe:	Allergene: a, g, a1	
Sonntag, 23.06.2019	**Rindergeschnetzeltes "Stroganoff" mit Reisbeilage**	435,7 kcal 1810,2 kj 6,5 BE 29,4g Eiweiß 13,4g Fett 48g KH	kleines Menü	**Rindergeschnetzeltes "Stroganoff" mit Reisbeilage**	435,7 kcal 1810,2 kj 6,5 BE 29,4g Eiweiß 13,4g Fett 48g KH	kleines Menü	**Kartoffeltaschen mit Frischkäse und Kräuterrührei**	431,6 kcal 1784,4 kj 9,9 BE 8,8g Eiweiß 22,5g Fett 47,1g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe:	Allergene: g, j		Zusatzstoffe:	Allergene: g, j		Zusatzstoffe:	Allergene: c, g	

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

Bitte den ausgefüllten Plan bis zum 12.06.19 dem Fahrer mitgeben!

Wir wünschen guten Appetit!