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

Speiseplan Harpstedt vom 16.09.19 bis 22.09.19

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, 16.09.2019	Hähnchenbrustfilet "Hawaii" an Curry-Dipp mit Reisbeilage	493,5 kcal 2078,8 kj 7,8 BE 38,8g Eiweiß 16,9g Fett 45,2g KH	kleines Menü	Bockwurst mit Kartoffelsalat	540,8 kcal 2246,5 kj 15,1 BE 15,7g Eiweiß 35,8g Fett 37,1g KH	kleines Menü	Sellerieschnitzel an Rahmsoße mit Salzkartoffeln	408,3 kcal 1689,6 kj 4 BE 12,1g Eiweiß 6,8g Fett 69,2g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe:	Allergene: a, c, f, g, a1		Zusatzstoffe: 2, 3, 5, 8	Allergene: g, j, l		Zusatzstoffe:	Allergene: a, f, g, i, a1, a3	
Dienstag, 17.09.2019	Königsberger Klopse in Kapernsoße, mit Kartoffeln und Roter Beete	543,4 kcal 2269,3 kj 12,6 BE 34,9g Eiweiß 32,6g Fett 27,2g 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	Nudelauflauf mit Tomate-Mozzarella	530,5 kcal 2203,2 kj 13 BE 29,4g Eiweiß 21,8g Fett 52,4g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 15	Allergene: a, c, g, j, a1		Zusatzstoffe: 1, 2, 3, 5, 8, 9	Allergene: a, c, g, i, j, l, a1		Zusatzstoffe:	Allergene: a, g, a1	
Mittwoch, 18.09.2019	Kochwurst auf Rahmgemüse mit Salzkartoffeln	620,3 kcal 2581,3 kj 15,3 BE 19,8g Eiweiß 34,6g Fett 55,6g KH	kleines Menü	Wrap(Fladenbrot) mit Hähnchenstreifen und Kräuterdipp	417,7 kcal 1738,3 kj 7,4 BE 28,7g Eiweiß 17,2g Fett 36,7g 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: 1, 2, 3, 4	Allergene: g, i, j		Zusatzstoffe: 1	Allergene: a, c, g, a1		Zusatzstoffe: 1, 4	Allergene: a, g, j, a1	
Donnerstag, 19.09.2019	"Züricher" Sahnegeschnetzeltes mit Buttererbsen und Spiralnudeln	575,3 kcal 2897,6 kj 12,7 BE 45,9g Eiweiß 23,1g Fett 72,4g KH	kleines Menü	Möhreneintopf mit Fleischbällchen	269,2 kcal 1101,5 kj 5,3 BE 8,4g Eiweiß 11,3g Fett 31,3g KH	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	kleines Menü
	Zusatzstoffe:	Allergene: a, f, g, i, a1, a3		Zusatzstoffe: 1, 2, 3, 8	Allergene: g, h, i, h3		Zusatzstoffe: 2	Allergene: a, c, f, g, a1	
Freitag, 20.09.2019	Backfischfilet mit Bechamelkartoffeln und Gurkensalat	629,4 kcal 2636,6 kj 11,6 BE 28,4g Eiweiß 27,5g Fett 65,7g KH	kleines Menü	Schweinefleisch "süß sauer" mit Curryreis	529,7 kcal 2210 kj 6,7 BE 27g Eiweiß 15g Fett 68,6g KH	kleines Menü	Tortellini mit Tomatensoße	546,1 kcal 2271,1 kj 10,3 BE 14,2g Eiweiß 25,2g Fett 62,4g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 3, 5	Allergene: a, d, g, i, l, a1, a3		Zusatzstoffe: 1	Allergene: g		Zusatzstoffe: 2	Allergene: a, c, g, a1	
Samstag, 21.09.2019	Grüner Bohneneintopf mit Kasslerwürfel	648,4 kcal 2660,9 kj 12,1 BE 30,9g Eiweiß 26g Fett 72,9g KH	kleines Menü	Michreis mit Pfirsichwürfel	980 kcal 4157,1 kj 2,5 BE 11,9g Eiweiß 3,3g Fett 216,9g KH	kleines Menü	Blumenkohlsuppe mit Croutons	157,3 kcal 663,7 kj 3,2 BE 2,4g Eiweiß 6,3g Fett 22,2g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 2, 3, 8	Allergene: a, g, a1		Zusatzstoffe:	Allergene: g		Zusatzstoffe: 1	Allergene: a, f, g, a1	
Sonntag, 22.09.2019	Schweineschnitzel 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	Schweineschnitzel 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	Gemüseschnitzel an Rahmsoße mit Salzkartoffeln	445,5 kcal 1838,1 kj 3,8 BE 14,3g Eiweiß 18,8g Fett 53g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe:	Allergene: a, f, g, i, a1, a3		Zusatzstoffe:	Allergene: a, f, g, i, a1, a3		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 11.09.19 dem Fahrer mitgeben!

Wir wünschen guten Appetit!