

Vollkost Speiseplan vom 13.11.2023 – 19.11.2023

Frühstück an allen Tagen:

Brötchen/Weißbrot oder Müsli, Wurst/Käse, Marmelade und Nutella. Dazu Kaffee, Tee oder Milch. Sonntags Kuchen. Ø Kalorien: 457 Ø Eiweiß: 14,5g

| | Menü I Vollkost | | Menü II Vegetarisch | | Menü III Leichte Vollkost | | Abendessen | | Alternativ |
|------------|--|---------------|--|---------------|--|---------------|---|---------------|---|
| Montag | Schlachtplatte Mit Sauerkraut und Püree ^{A,G,3,5} | | Penne ^{A, C} mit Gorgonzolasauce und Blattspinat ^{A, C, G, 4} | | Schlachtplatte Mit Sauerkraut und Püree ^{A,G,3,5} | | Weißwurst mit Laugenweck mit süßem Senf | | Unsere Küche bietet täglich folgende Produkte als Alternativen zum Abendessen an: Camembert, Philadelphia mit und ohne Kräuter, Schmelzkäse, Kalbsleberwurst, Heringsfilets in Tomaten-, Paprika- oder Senfsoße, Thunfisch in Öl, Mettwurst. |
| | Portion: 600g | Eiweiß: 21g | Portion: 600g | Eiweiß: 11,5g | Portion: 600g | Eiweiß: 11,5g | Portion: 225g | Eiweiß: 23,9g | |
| | Kilokalorien: 425 | | Kilokalorien: 447 | | Kilokalorien: 447 | | Kilokalorien: 521 | | |
| Dienstag | Putensteak mit Currysoße und Reis ^{A,G,1} | | Spaghetti mit Tomatensoße und Salat ^{A,G,1,1} | | Putensteak mit Currysoße und Reis ^{A,G,1} | | Wurst und Käseteller mit Abendbeilage | | |
| | Portion: 440g | Eiweiß: 32,4g | Portion: 480g | Eiweiß: 14,8g | Portion: 440g | Eiweiß: 32,4g | Portion: 220g | Eiweiß: 28g | |
| | Kilokalorien: 608 | | Kilokalorien: 504 | | Kilokalorien: 608 | | Kilokalorien: 450 | | |
| Mittwoch | Currywurst mit Twister-Pommes ^{A,D,1,B} | | Kaiserschmarrn ^{A, C, G} mit Apfelmus | | Currywurst mit Twister-Pommes ^{A,D,1,B} | | Wurst und Käseteller mit Abendbeilage | | |
| | Portion: 500g | Eiweiß: 11,6g | Portion: 500g | Eiweiß: 11,6g | Portion: 500g | Eiweiß: 11,6g | Portion: 200g | Eiweiß: 22,8g | |
| | Kilokalorien: 677 | | Kilokalorien: 677 | | Kilokalorien: 677 | | Kilokalorien: 592 | | |
| Donnerstag | Maultaschen-Gemüsepfanne ^{A, C, G, 1} | | Käsespätzle ^{A, C, G, 4} mit Tomatensalat | | Maultaschen-Gemüsepfanne ^{A, C, G, 1} | | Wurst und Käseteller mit Abendbeilage | | |
| | Portion: 420g | Eiweiß: 34,2g | Portion: 440g | Eiweiß: 12,8g | Portion: 440g | Eiweiß: 12,8g | Portion: 220g | Eiweiß: 28g | |
| | Kilokalorien: 477 | | Kilokalorien: 527 | | Kilokalorien: 527 | | Kilokalorien: 712 | | |
| Freitag | Kabeljau in Kartoffelpanade mit Rahmgemüse und Reis ^{A, C, G, D} | | Käse Soufflé mit Pilzragout ^{A,C,G,1,3,6} | | Kabeljau in Kartoffelpanade mit Rahmgemüse und Reis ^{A, C, G, D} | | Wurst und Käseteller mit Abendbeilage | | |
| | Portion: 520g | Eiweiß: 36g | Portion: 470g | Eiweiß: 21,9g | Portion: 470g | Eiweiß: 21,9g | Portion: 180g | Eiweiß: 29g | |
| | Kilokalorien: 784 | | Kilokalorien: 734 | | Kilokalorien: 734 | | Kilokalorien: 630 | | |
| Samstag | Erbseintopf mit Bockwurst ^{A, E, I, C, G, 4} | | Gemüseintopf mit Nudeln ^{A, E, I, C, G, 4} | | Erbseintopf mit Bockwurst ^{A, E, I, C, G, 4} | | Geflügelaufschnitt mit Abendbeilage | | |
| | Portion: 500g | Eiweiß: 30g | Portion: 500g | Eiweiß: 15g | Portion: 500g | Eiweiß: 15g | Portion: 180g | Eiweiß: 22,6g | |
| | Kilokalorien: 450 | | Kilokalorien: 205 | Wasser | Kilokalorien: 205 | Wasser | Kilokalorien: 463 | Wasser | |
| Sonntag | Karlsbader Kalbsblankett ^{A, G, I} mit Nudeln ^{A, C} und Fingermörchchen ^A | | Makkaroni-Gemüse-Auflauf ^{A,C,G,I} | | Karlsbader Kalbsblankett ^{A, G, I} mit Nudeln ^{A, C} und Fingermörchchen ^A | | Krakauer mit Senf | | |
| | Portion: 480g | Eiweiß: 23,4g | Portion: 460g | Eiweiß: 17g | Portion: 460g | Eiweiß: 17g | Portion: 220g | Eiweiß: 32,2g | |
| | Kilokalorien: 497 | | Kilokalorien: 639 | | Kilokalorien: 639 | | Kilokalorien: 467 | | |

Zusatzstoffe: 1. Konservierungsmittel - 2. Farbstoff - 3. Antioxidationsmittel - 4. Geschmacksverstärker - 5. Geschwärtzt - 6. Phosphat - 7. Enthält eine Phenylalaninquelle - 8. Süßstoff

Allergene Stoffe: A glutenhaltiges Getreide - B Krebstiere - C Eier - D Fisch - E Soja - G Milch, einschließlich Laktose - H Schalenfrüchte - I Sellerie - J Senf - K Sesamsamen - L Lupine - M Weichtiere - N Schwefeloxid/Sulfid