

# Speiseplan vom 30.09.2024 - 06.10.2024

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
<b>Montag</b>	<b>Hähnchenschenkel mit Paprikasoße Fladenbrot und Salat</b>		<b>Germknödel mit Kirschen</b>		<b>Hähnchenschenkel mit Paprikasoße Fladenbrot und Salat</b>		<b>Käsewürstchen mit Senf</b>		<b>Unsere Küche bietet täglich folgende Produkte als Alternativen zum Abendessen an:</b>  Camembert, Philadelphia mit und ohne Kräuter, Schmelzkäse, Kalbsleberwurst, Heringsfilets in Tomaten-, Paprika- oder Senfsoße, Thunfisch in Öl, Mettwurst.
	Portion: 500g	Eiweiß: 21,2g	Portion: 300g	Eiweiß: 18,7g	Portion: 500g	Eiweiß: 21,2g	Portion: 220g	Eiweiß: 23,8g	
Kilokalorien: 699	A,G,I, J	Kilokalorien: 649	A,G,C	Kilokalorien: 699	A,G,I, J	Kilokalorien: 679	G,J,1,3,6		
<b>Dienstag</b>	<b>Tortellini Carbonara mit Salat</b>		<b>Spinat-Rührei mit Salzkartoffeln</b>		<b>Tortellini Carbonara mit Salat</b>		<b>Wurst und Käseteller mit Abendbeilage</b>		
	Portion: 500g	Eiweiß: 19g	Portion: 450g	Eiweiß: 13,5g	Portion: 450g	Eiweiß: 13,5g	Portion: 180g	Eiweiß: 28,2g	
Kilokalorien: 434	A,G,J	Kilokalorien: 356	C,G,4	Kilokalorien: 356	A,G,J	Kilokalorien: 497			
<b>Mittwoch</b>	<b>Wurstsalat mit Pommes</b>		<b>One-Pot-Nudeln</b>		<b>Wurstsalat mit Pommes</b>		<b>Kassler mit Senf</b>		
	Portion: 450g	Eiweiß: 31,5g	Portion: 460g	Eiweiß: 17,2g	Portion: 450g	Eiweiß: 31,5g	Portion: 220g	Eiweiß: 28g	
Kilokalorien: 300	J, 2,4	Kilokalorien: 583	A,C,G,1	Kilokalorien: 300	J, 2,4	Kilokalorien: 712	1,3,4,A,G,J		
<b>Donnerstag</b>	<b>Fleischpflanzerl mit Bratkartoffeln und Salat</b>		<b>Cappelletti Rosso-Tomate-Ricotta-Basilikum Füllung</b>		<b>Fleischpflanzerl mit Bratkartoffeln und Salat</b>		<b>Wurst und Käseteller mit Abendbeilage</b>		
	Portion: 450g	Eiweiß: 25,4g	Portion: 480g	Eiweiß: 11,1g	Portion: 480g	Eiweiß: 11,1g	Portion: 220g	Eiweiß: 28g	
Kilokalorien: 531	A,C,4	Kilokalorien: 437	A,G,H	Kilokalorien: 437	A,C,4	Kilokalorien: 712			
<b>Freitag</b>	<b>Scholle gebacken mit Dillsauce und Kartoffeln</b>		<b>Quarkkeulchen mit Apfelmus</b>		<b>Scholle gebacken mit Dillsauce und Kartoffeln</b>		<b>Wurst und Käseteller mit Abendbeilage</b>		
	Portion: 520g	Eiweiß: 52g	Portion: 250g	Eiweiß: 16,0g	Portion: 520g	Eiweiß: 52g	Portion: 160g	Eiweiß: 20,8g	
Kilokalorien: 630	A,C,D,G,I,4	Kilokalorien: 580	A,C,G	Kilokalorien: 630	A,C,D,G,I,4	Kilokalorien: 536			
<b>Samstag</b>	<b>Hühner-Eintopf</b>		<b>Vegetarischer Gemüseeintopf</b>		<b>Hühner-Eintopf</b>		<b>Tex-Mex-Salat</b>		
	Portion: 500g	Eiweiß: 25g	Portion: 500	Eiweiß: 5g	Portion: 500	Eiweiß: 5g	Portion: 300g	Eiweiß: 31,8g	
Kilokalorien: 485	I, 2, 4	Kilokalorien: 260	A,C,I,E,4	Kilokalorien: 260	I, 2, 4	Kilokalorien: 925	G,4		
<b>Sonntag</b>	<b>Kleine Hax'n mit Knödeln und Krautsalat</b>		<b>Gemüseschnitzel mit Knödeln und Sauerkraut</b>		<b>Kleine Hax'n mit Knödeln und Krautsalat</b>		<b>Gekochter und geräucherter Schinken, Wurst- und Käseaufschnitt</b>		
	Portion: 520g	Eiweiß: 38g	Portion: 540g	Eiweiß: 22,4g	Portion: 520g	Eiweiß: 38g	Portion: 300g	Eiweiß: 11,2g	
Kilokalorien: 513	A,C / A,3,8	Kilokalorien: 523	A,C,G,I,K/A,C/ A,3,8	Kilokalorien: 513	A,C / A,3,8	Kilokalorien: 866			

Änderungen vorbehalten. Zusatzstoffe: 1. Konservierungsmittel - 2. Farbstoff - 3. Antioxidationsmittel - 4. Geschmacksverstärker - 5. Geschwärzt - 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