



Speisekarte KW 14 für die Woche vom 1. - 5. April 2019

<u>Montag</u>	<u>Dienstag</u>	<u>Mittwoch</u>	<u>Donnerstag</u>
 Saftgulasch vom Rind mit Spätzle	 Hühnerfrikassee mit Spargel und Möhren dazu Vollkornreis	Tomatencremesuppe *** Feiner Milchreis mit roter Beerengrütze	"Fit Pizza Margherita" mit Tomaten + Käse
Gluten (Weizen, Dinkel), Eier	Milch (Lactose)	Milch (Lactose),	Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie
<small>kJ 573 / kcal 137 / Fett 6,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g KH 12,7 g, davon Zucker 0,8 g / Eiweiß 7,5 g / Salz 1,03 g / 1,1 BE</small>	<small>kJ 573 / kcal 137 / Fett 4,6 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g KH 17,4 g, davon Zucker 0,7 g / Eiweiß 6,3 g / Salz 1,14 g / 1,5 BE</small>	<small>kJ 348 / kcal 83 / Fett 4,4 g, davon ges. Fettsäuren 2,6 g KH 9,3 g, davon Zucker 4,0 g / Eiweiß 1,6 g / Salz 0,43 g / 0,8 BE</small>	<small>kJ 811 / kcal 194 / Fett 6,7 g, davon ges. Fettsäuren 3,3 g KH 21,4 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 11,8 g / Salz 3,12 g / 1,8 BE</small>
Täglich Dessert oder Salat			


Speisekarte KW 15 für die Woche vom 8. - 12. April 2019

<u>Montag</u>	<u>Dienstag</u>	<u>Mittwoch</u>	<u>Donnerstag</u>
<p>Bio-Spaghetti mit Bio-Basilikum-Tomatensauce und Bio-Reibekäse</p> 	<p>Putensteak mit brauner Sauce und Möhren-Erbсенreis</p> 	 <p>Seelachs-Backfisch-Filet mit Remouladensauce und Kartoffelsalat</p>	<p>"LAHMACUN" Vegetarisches Lahmacun, gefüllt mit Salat und Joghurtsauce</p>
Gluten (Weizen), Milch (Lactose)	Gluten (Weizen), Senf	Gluten (Weizen), Eier, Fisch, Milch (Lactose), Senf	Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)
<small>kJ 520 / kcal 124 / Fett 4,1 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g KH 17,2 g, davon Zucker 2,4 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 1,37 g / 1,4 BE</small>	<small>kJ 504 / kcal 120 / Fett 5,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g KH 12,0 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 6,5 g / Salz 1,15 g / 1,0 BE</small>	<small>kJ 704 / kcal 168 / Fett 11,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g KH 10,3 g, davon Zucker 3,1 g / Eiweiß 5,8 g / Salz 1,61 g / 0,9 BE</small>	<small>kJ 661 / kcal 158 / Fett 6,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g KH 19,1 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 6,4 g / Salz 2,76 g / 1,6 BE</small>
Täglich Dessert oder Salat			

Speisekarte KW 18 für die Woche vom 29. April - 2. Mai 2019

<u>Montag</u>	<u>Dienstag</u>	<u>Mittwoch</u>	<u>Donnerstag</u>
 <p>Hühnchen geschnetzeltes mit Gemüsereis</p>	<p>Broccolicremesuppe *** Milchnudeln mit Kirschen</p>	<p>1. Mai Feiertag</p>	 <p>"Fit Pizza Salami" mit Rindersalami, Mozzarella und Paprika</p>
Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie, Senf	Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie		Gluten (Weizen), Milch (Lactose)
kJ 506 / kcal 121 / Fett 5,4 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g KH 12,9 g, davon Zucker 1,5 g / Eiweiß 5,1 g / Salz 1,17 g / 1,1 BE	kJ 354 / kcal 85 / Fett 1,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g KH 15,8 g, davon Zucker 7,3 g / Eiweiß 2,4 g / Salz 0,39 g / 1,3 BE		kJ 787 / kcal 188 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g KH 24,9 g, davon Zucker 4,9 g / Eiweiß 9,4 g / Salz 0,93 g / 2,1 BE
Täglich Dessert oder Salat			

Speisekarte KW 19 für die Woche vom 6. - 10. Mai 2019

<u>Montag</u>	<u>Dienstag</u>	<u>Mittwoch</u>	<u>Donnerstag</u>
 <p>Putengulasch mit Champignons und Karotten, dazu Vollkornnudeln</p>	 <p>Bio-Spiralnudeln mit Bio-Tomaten- Basilikum- Sauce</p>	 <p>Rindfleisch-Maultaschen in Gemüsebrühe mit Kartoffelsalat</p>	 <p>"BURGER TAG" Rindfleischburger im Sesam-Brötchen mit Ofen-Pommes, Ketchup und Mayonaise</p>
Gluten (Weizen), Milch (Lactose)	Gluten (Weizen), Milch (Lactose)	Gluten (Weizen), Eier, Sellerie, Senf	Gluten (Weizen), Eier, Sellerie, Senf, Sesam
kJ 654 / kcal 156 / Fett 7,0 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g KH 15,5 g, davon Zucker 1,0 g / Eiweiß 7,8 g / Salz 1,07 g / 1,3 BE	kJ 599 / kcal 143 / Fett 2,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g KH 24,2 g, davon Zucker 3,1 g / Eiweiß 4,9 g / Salz 0,88 g / 2,0 BE	kJ 607 / kcal 145 / Fett 5,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,6 g KH 18,8 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 1,81 g / 1,6 BE	kJ 914 / kcal 218 / Fett 12,0 g, davon ges. Fettsäuren 2,7 g KH 20,8 g, davon Zucker 2,6 g / Eiweiß 6,9 g / Salz 1,18 g / 1,7 BE
Täglich Dessert oder Salat			

