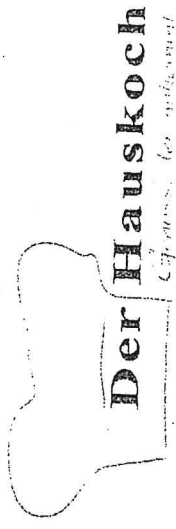


Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

12.09.2022 - 16.09.2022



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b>	Nudeln(a1) mit Bolognese (9)(d,h) und genebenem Käse (c), dazu winterlichen Salat Prod. 0 Verk. a1, b, c, d, g, h, i, j 1, 2 Portionsgewicht: 487,58 g Fettpunkte: 24, Nährwert kj: 2749 kJ, Nährwert kcal: 658 kcal, Eiweißgehalt: 24,02 g, Fettgehalt: 24,1 g	Vegetarisches Schnitzel (a1,d) auf buntem Gemüsereis, dazu Krautsalat Prod. 0 Verk. Portionsgewicht: 370,3 g Fettpunkte: 25, Nährwert kj: 1527 kJ, Nährwert kcal: 603 kcal, Eiweißgehalt: 22,26 g, Fettgehalt: 24,9 g	Balkontopf (9, a1, d) dazu Reis und Gemüse Prod. 0 Verk. Portionsgewicht: 566,39 g Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 1748 kJ, Nährwert kcal: 415 kcal, Eiweißgehalt: 30,04 g, Fettgehalt: 3,73 g	Backfischfilet (a1,d,e,h) mit Spinat (c) und Salzkartoffeln Prod. 0 Verk. Portionsgewicht: 422,5 g Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 529 kJ, Nährwert kcal: 126 kcal, Eiweißgehalt: 3,06 g, Fettgehalt: 0,17 g	Blumenkohlbratling (a1, d, h, g, i, f) mit Kartoffelpüree, Kräutersoße (a1, c) und Salat und Dressing (c) Prod. 0 Verk. a1, a2, a3, a4, a5, a6, 3 Portionsgewicht: 352,98 g Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 1592 kJ, Nährwert kcal: 375 kcal, Eiweißgehalt: 2,51 g, Fettgehalt: 1,9 g
<b>Menü 2</b>	Hähnchenkeule mit Sauce (a=Weizen), Schmörgelchen und Salat Prod. 0 Verk. a1 Portionsgewicht: 411,2 g Fettpunkte: 20, Nährwert kj: 1940 kJ, Nährwert kcal: 463 kcal, Eiweißgehalt: 35,61 g, Fettgehalt: 19,82 g	Gemüsebratling (a1, Dinkel, Haferflocken, g) dazu Kartoffelsalat (c,d,i) Prod. 0 Verk. a1, b, c, d, i Portionsgewicht: 320 g Fettpunkte: 9, Nährwert kj: 1398 kJ, Nährwert kcal: 332 kcal, Eiweißgehalt: 12,82 g, Fettgehalt: 9,31 g	Veggie Kötterfleisch(a1,b,d) mit Djuwetschreis und Gemüse Prod. 0 Verk. Portionsgewicht: 325 g Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 1539 kJ, Nährwert kcal: 368 kcal, Eiweißgehalt: 14,76 g, Fettgehalt: 3,35 g	Fleischkäse (Geißel), Soße (a1, c), Kartoffeln und Krautsalat Prod. 0 Verk. a1 2, 4 Portionsgewicht: 449,3 g Fettpunkte: 27, Nährwert kj: 2661 kJ, Nährwert kcal: 647 kcal, Eiweißgehalt: 5,41 g, Fettgehalt: 27,19 g	Pizzasuppe mit Fladenbrot Prod. 0 Verk. a, c, d, f, g, h, i 1 Portionsgewicht: 476,45 g Fettpunkte: 34, Nährwert kj: 2210 kJ, Nährwert kcal: 767 kcal, Eiweißgehalt: 31,06 g, Fettgehalt: 33,98 g
<b>Menü 3</b>	Spinat-Dinkel-Taler (a1,a5, b,c,d,g,h,i) mit Kartoffelpüree (c,d,i) und Tomatensoße (a1), dazu Salat mit Joghurt Dressing (c) Prod. 0 Verk. b, c, d, h 2, 3, 9 Portionsgewicht: 440,3 g Fettpunkte: 5, Nährwert kj: 1013 kJ, Nährwert kcal: 241 kcal, Eiweißgehalt: 16,62 g, Fettgehalt: 5,16 g	Pilzulasch (c) mit Kartoffelpüree (c,d,j) und Salat Prod. 0 Verk. b, c Portionsgewicht: 286 g Fettpunkte: 16, Nährwert kj: 1078 kJ, Nährwert kcal: 257 kcal, Eiweißgehalt: 4,6 g, Fettgehalt: 16,9 g	Kartoffelmasche (a1,b,c) mit Schmörgelchen und Rohkost mit Dip (c) Prod. 0 Verk. a1, b, c, d, i Portionsgewicht: 535,65 g Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 1250 kJ, Nährwert kcal: 299 kcal, Eiweißgehalt: 6,49 g, Fettgehalt: 1,82 g	veg. Kohlroulade (a1,b) mit brauner Soße (a1), Salzkartoffeln und Salat Prod. 0 Verk. a1 2, 9 Portionsgewicht: 409,3 g Fettpunkte: 5, Nährwert kj: 1210 kJ, Nährwert kcal: 280 kcal, Eiweißgehalt: 21,68 g, Fettgehalt: 4,75 g	1/2 Zucchini mit Feta (b,c), Reis und Tomatensoße (a1,d) Salat Prod. 0 Verk. c, d 2, 9 Portionsgewicht: 523,35 g Fettpunkte: 7, Nährwert kj: 1554 kJ, Nährwert kcal: 368 kcal, Eiweißgehalt: 12,23 g, Fettgehalt: 5,94 g
<b>Dessert</b>	Saisono Obst Prod. 0 Verk. Portionsgewicht: 0 g Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0,0 g	Kirschooghurt (c) Prod. 0 Verk. c Portionsgewicht: 100 g Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 482 kJ, Nährwert kcal: 115 kcal, Eiweißgehalt: 3,9 g, Fettgehalt: 3,28 g	Kirschooghurt (c) Prod. 0 Verk. Portionsgewicht: 100 g Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 482 kJ, Nährwert kcal: 115 kcal, Eiweißgehalt: 3,9 g, Fettgehalt: 3,28 g	Vanillepudding (c,b, a1,) Prod. 0 Verk. a, b, c, g, j 1 Portionsgewicht: 128 g Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 482 kJ, Nährwert kcal: 115 kcal, Eiweißgehalt: 3,9 g, Fettgehalt: 3,28 g	Saisono Obst Prod. 0 Verk. Portionsgewicht: 0 g Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0,0 g

Inhaltsstoffe:

1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxidationsmitteln, 4 = mit Geschmacksverstärker, 9 = mit Süßungsmitteln  
a - Glutenhaltiges Getreide, a1 - Weizen, a2 - Roggen, a3 - Gerste, a4 - Hafer, a5 - Dinkel, a6 - Kamut, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, f - Erdnüsse, g - Schalenfrüchte, h - Senf, i - Sesamsamen, j - Soja, k - Sulfur