





SPEISEPLAN

Montag, 3.10.16 - Sonntag, 9.10.16



Nährwerte beziehen sich auf eine Normalportion

	Mo, 3.Oktober	Di, 4.Oktober	Mi, 5.Oktober	Do, 6.Oktober	Fr, 7.Oktober	Sa, 08.Oktober	So, 09.Oktober
Menü 1  	Zwiebelkuchen vegetarisch Eisbergsalat Joghurtdressing 8 Nährwert kj: 3785 kJ, Nährwert kcal: 914 kcal, Broteinheiten: 4 BE a1, c	Hähnchen-Schenkel Vollkornreis Gurkensalat Sahnedressing Nährwert kj: 2703 kJ, Nährwert kcal: 647 kcal, Broteinheiten: 4 BE c	Gemüsepfanne Kürbis- Curry mit Roten Linsen Vollkornreis Nährwert kj: 1620 kJ, Nährwert kcal: 388 kcal, Broteinheiten: 6 BE	Frische Bratwurst Rahmsoße Rotkohl Karoffeln 2, 3, 4, 8, 9 Nährwert kj: 2624 kJ, Nährwert kcal: 627 kcal, Broteinheiten: 3,5 BE a, c	Heringsdip mit Pellkartoffeln Rote Beete 2, 8 Nährwert kj: 2905 kJ, Nährwert kcal: 694 kcal, Broteinheiten: 5,5 BE c, d, h	vegetarisches Chili (Soja) mit Kartoffelwürfeln 2 Nährwert kj: 2744 kJ, Nährwert kcal: 656 kcal, Broteinheiten: 7,5 BE a, j	Forelle "Müllerin" Butter-Kartoffeln Eisbergsalat Sahnedressing Nährwert kj: 1131 kJ, Nährwert kcal: 270 kcal, Broteinheiten: 2,5 BE c
Menü 2	Geflügelgyros Kartoffel - Wedges Krautsalat Nährwert kj: 2984 kJ, Nährwert kcal: 715 kcal, Broteinheiten: 4,5 BE	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch Nährwert kj: 934 kJ, Nährwert kcal: 223 kcal, Broteinheiten: 2 BE d	Wirsingroulade gefüllt Hack Schwein/Rind Kartoffelpüree Nährwert kj: 1551 kJ, Nährwert kcal: 370 kcal, Broteinheiten: 6,5 BE c	Grünkohl-Eintopf mit Mettwurst 2, 4, 8 Nährwert kj: 2874 kJ, Nährwert kcal: 685 kcal, Broteinheiten: 7 BE a, c	Backfisch Bratkartoffeln Remoularde Eisbergsalat Joghurtdressing 2, 4, 8 Nährwert kj: 2883 kJ, Nährwert kcal: 689 kcal, Broteinheiten: 3 BE a, b, c, d, e, h	Rheinischer Bohneneintopf (grüne Bohnen/ Kartoffeln) vegetarisch Nährwert kj: 607 kJ, Nährwert kcal: 145 kcal, Broteinheiten: 2 BE	Zwiebelsuppe Schw.Steak Tirol Herzoginnen-Kartoffel Erbsen- Möhren Nährwert kj: 3418 kJ, Nährwert kcal: 816 kcal, Broteinheiten: 4 BE a, b, c, d
Menü 3		Cremesuppe Apfelpfannekuchen Vanillesoße Nährwert kj: 834 kJ, Nährwert kcal: 199 kcal, Broteinheiten: 2 BE c	Putenroll-Braten Kartoffeln Möhren-Gemüse Nährwert kj: 1971 kJ, Nährwert kcal: 470 kcal, Broteinheiten: 3,5 BE	vegetarische Gemüsesuppe Brok/Bohn/Möhr/Blum mit Reiseinlage Nährwert kj: 1067 kJ, Nährwert kcal: 255 kcal, Broteinheiten: 4 BE d	Vollkornnudeln mit Tomatensoße Eisbergsalat Nährwert kj: 1224 kJ, Nährwert kcal: 290 kcal, Broteinheiten: 3 BE a1		Auf Anfrage Vegetarisch Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Broteinheiten: 0 BE
Dessert  	Schokoladen-Pudding 1 Nährwert kj: 573 kJ, Nährwert kcal: 135 kcal, Broteinheiten: 4 BE c	Birne Nährwert kj: 328 kJ, Nährwert kcal: 78 kcal, Broteinheiten: 1,5 BE	Mandarinenquark Nährwert kj: 711 kJ, Nährwert kcal: 169 kcal, Broteinheiten: 1,5 BE c	Fruchtjoghurt Heidelbeere Nährwert kj: 514 kJ, Nährwert kcal: 121 kcal, Broteinheiten: 1,5 BE c	Banane Nährwert kj: 517 kJ, Nährwert kcal: 124 kcal, Broteinheiten: 2,5 BE	Naturjoghurt mit Pflirsichmus/ Frischobst 2 Nährwert kj: 259 kJ, Nährwert kcal: 61 kcal, Broteinheiten: 1 BE c	

1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln

a - Glutenhaltiges Getreide, a1 - Weizen, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, e - Fisch, h - Senf, j - Soja