

KW	1 Herzhaft Lecker	2 Fleischlos lecker	3 Süßer Genuss	4 Salatteller					
46	7,95 €	7,95 €	7,95 €	6,95 €	Menü	1	2	3	4
Mo 10.11	Hähnchenlasagne (200g) ^{9, 6} Tomatensahnesoße ^{9, 6} Endiviensalat Dressing Balsamico Pflaumenkompott ⁴	2 gekochte Eier ^{c, 12} Senfsoße ^{a, aW, g, j, 6} Romanesco Gemüse Dampfkartoffeln Pflaumenkompott ⁴	Quarkkeulchen ^{a, aW, c, g, 6} Heidelbeersoße Pflaumenkompott ⁴	Salatteller -Thunfisch ^{c, d, g, 12} Dressing Balsamico Brötchen ^{a, aW} Pflaumenkompott ⁴	Mo 10.11				
	48,2 g F 62,5 g K 23,8 g E 811,2 kcal	20,9 g F 46,1 g K 23,6 g E 475,8 kcal	5,2 g F 88,1 g K 19 g E 494,4 kcal	49 g F 59,8 g K 32,7 g E 799,9 kcal					
Di 11.11	Chili con Carne ⁱ Reis Karottensalat Kirschquark ^{g, 6}	Käsespätzle ^{2, a, aW, c, g, 6} Karottensalat Kirschquark ^{g, 6}	Eierpfannkuchen ^{a, aW, c, g, 6} Fruchtsoße Kirschquark ^{g, 6}	Salatteller mit Mozzarella ^{3, g, 6} Dressing Balsamico Brötchen ^{a, aW} Kirschquark ^{g, 6}	Di 11.11				
	22 g F 92,7 g K 38,1 g E 742,2 kcal	43,7 g F 92,7 g K 29,1 g E 894,4 kcal	12,8 g F 82,6 g K 23,1 g E 564,8 kcal	12,1 g F 53,7 g K 15,4 g E 399,3 kcal					
Mi 12.11	Sauerbratengulasch ^{4, i} Apfelrotkohl Kartoffelklöße ^{aW} Götterspeise ²	Feta in Knusperpanade ^{a, aW, g, 6} Tomatensoße Napoli ^{g, 6} Paprika-Maisgemüse Reisnudeln ^{a, aW, i} Götterspeise ²	Schupfnudeln ^{a, aW, c, g, 6} Zimtsoße ^{g, 6} Götterspeise ²	Salatteller mit Feta ^g Dressing Balsamico Brötchen ^{a, aW} Götterspeise ²	Mi 12.11				
	16,2 g F 67,1 g K 28,4 g E 536,9 kcal	33,4 g F 116,9 g K 29,2 g E 798,9 kcal	19,2 g F 135,6 g K 12,7 g E 777,5 kcal	6,2 g F 46,6 g K 4 g E 260,7 kcal					
Do 13.11	Rinderfrikadelle ^{a, aW, c} Zwiebelsoße ^{2, 4, i} Erbsen-Karottengemüse natur Dampfkartoffeln Heidelbeerjoghurt ^{g, 6}	Wirsingeintopf ⁱ Schlockerkruste ^{a, aD, aR, aW} Heidelbeerjoghurt ^{g, 6}	Kaiserschmarrn OHNE Rosinen ^{a, aW, c, g} Vanille-Apfel-Soße ^{g, 6} Heidelbeerjoghurt ^{g, 6}	Salatteller mit Ei ^{c, g, 6, 12} Dressing Balsamico Brötchen ^{a, aW} Heidelbeerjoghurt ^{g, 6}	Do 13.11				
	26,5 g F 60 g K 29,2 g E 609,1 kcal	5,4 g F 64,4 g K 13,2 g E 370,1 kcal	27,3 g F 125,5 g K 29,3 g E 873,3 kcal	19,4 g F 50,7 g K 20,7 g E 469 kcal					
Fr 14.11	Seelachsfilet paniert ^{1, a, c, d} Bunter Kartoffelsalat ^{c, j, 12} Remoulade ^{2, 3, 4, c, g, j, 6, 12} Bananenjoghurt ^{g, 6}	Kräuterquark ^{g, 6, 12} Dampfkartoffeln Salat SP Eisberg/Ruccola Dressing Balsamico Bananenjoghurt ^{g, 6}	Apfelasagne ^{a, aW, g, 6} Vanillesoße ^{g, 6} Bananenjoghurt ^{g, 6}	Salatteller gemischt ^{4, g, 6} Dressing Balsamico Brötchen ^{a, aW} Bananenjoghurt ^{g, 6}	Fr 14.11				
	47 g F 53,1 g K 26,7 g E 751,3 kcal	17,2 g F 58 g K 27,8 g E 509,9 kcal	14,7 g F 136,7 g K 19 g E 767 kcal	22,5 g F 58,2 g K 15,9 g E 507,2 kcal					
Sa 15.11	Schnippelbohneintopf ⁱ Speckwürfel ^{4, 5} (mS)	Ratatouillegemüse ^{g, 6} Röstiecken 3 x Stück	Topfenmarillenknödel ^{a, aW, c, g, 6} Zimtsoße ^{g, 6}		Sa 15.11				
	18,4 g F 30,3 g K 16,7 g E 361 kcal	15,6 g F 49,3 g K 6,9 g E 375,1 kcal	11,2 g F 56,1 g K 12 g E 376,6 kcal						
So 16.11	Schweinerücken gefüllt ^{4, 12} Bratensoße ^{2, 4, i} Mangoldgemüse ^{g, 6} Kartoffelpüree ^{2, g, 6} (mS)	Tortellini Gemüsefüllung Tomaten-Basilikum-Soße ^{g, 6}	Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung ^{a, c, g, 6} Vanillesoße ^{g, 6}		So 16.11				
	29,3 g F 18,6 g K 26,1 g E 445,6 kcal	15,1 g F 30,7 g K 14,7 g E 321 kcal	16,6 g F 38,2 g K 11,3 g E 347,6 kcal						

Bei der Nährwertberechnung ist in den Menüs bereits das Dessert eingerechnet. Kcal = Kalorien / E = Eiweiß / F = Fett / K = Kohlenhydrate

1=mit Geschmacksverstärker (n) 2=mit Farbstoff (en) 3=mit Süßungsmittel 4=mit Antioxidationsmittel 5=mit Konservierungsstoff (en) 6=mit Milcheiweiß 7=mit P 8=mit Schwärzungsmitteln 9=mit Schwefeldioxid 10=gewachst 11=koffeinhaltig 12=enthält eine Phenylalaninquelle 13=chininhaltig 14=mit Taurin 15=Glutenhalt 16=Krebstiere 17=Ei 18=Fisch 19=Ernüsse 20=Soja 21=Milch/Lactose 22=Schalenfrüchte 23=Sellerie 24=Senf 25=Sesam 26=Sulfite 27=Lupinen

je 10g (K) Kohlenhydrate = 1BE

Änderungen vorbehalten!

Guten Appetit!