SPEISEPLAN KW 15 vom 08.04.2024 bis 14.04.2024

Guten Appetit!

Friedehorst

10	Menü 1 (Vollkost)	Nährwerte	Menü 2 (ohne Schwein)	Nährwerte	Menü 3 (Vegetarisch)	Nährwerte	Abendsnack
Mo	Currywurst[2,4] mit Currysauce und Kartoffelecken[4] Tagesdessert[LA]	3803 KJ 909 kcal 20 gE 38 gF 117 gKH	Gemüseeintopf[SL] Tagesdessert[LA]	1406 KJ 336 kcal 20 gE 7 gF 43 gKH	3 Zucchini-Möhren-Puffer[EI] mit Joghurt-Kräuterdip[LA] dazu Salat Tagesdessert[LA]	2594 KJ 620 kcal 23 gE 25 gF 69 gKH	1 Apfel-Pfannkuchen[EI,G1,LA]
Di	Paniertes Schnitzel[G1,EI] mit Mixgemüse und Röstkartoffeln Quarkspeise[LA]	3004 KJ 718 kcal 24 gE 26 gF 92 gKH	Geflügelfrikadelle[4,EI,SL,S,G1] an Brauner Sauce mit Gemüsereis Quarkspeise[LA]	1879 KJ 449 kcal 14 gE 19 gF 54 gKH	Gemüse Bolognese[SL,SO] mit Nudeln[G1] Quarkspeise[LA]	2205 KJ 527 kcal 24 gE 22 gF 79 gKH	Mini Frikadelle[G1,S]
Mi	Schweinebraten[S] an Bratensauce mit Apfelrotkohl und Kartoffeln Tagesdessert[LA]	2669 KJ 638 kcal 25 gE 22 gF 81 gKH	Paniertes Seelachsfilet[G1] an Tomatensauce mit Kaisergemüse und Kartoffeln Tagesdessert[LA]	2577 KJ 616 kcal 32 gE 19 gF 73 gKH	3 Sojabällchen[EI,G1,SL,SO] an Kapernsauce[LA] mit Kartoffeln und Rote Bete Salat Tagesdessert[LA]	2536 KJ 606 kcal 26 gE 18 gF 79 gKH	Kräuterquark[LA]
Do	Leberkäse[2,S,SL,SO] an Bratensauce mit Sauerkraut und Kartoffelpüree[LA] Quarkspeise[LA]	3050 KJ 729 kcal 26 gE 41 gF 60 gKH	Schupfnudel-Pfanne[G1,SL] mit Gemüse an Sauce nach Art Hollandaise[EI,LA] Quarkspeise[LA]	2489 KJ 595 kcal 18 gE 25 gF 66 gKH	Kaiserschmarrn[EI,G1,LA] mit Apfelmus[2,3] Quarkspeise[LA]	3820 KJ 913 kcal 25 gE 28 gF 136 gKH	Nudelsalat[EI,G1]
Fr	Cremesuppe[LA] Schollenfilet[4,G1] mit Remoulade[9,EI,G1,S] und Röstkartoffeln dazu Gurkensalat	3548 KJ 848 kcal 23 gE 44 gF 85 gKH	Cremesuppe[LA] Geflügelklößchen[EI,G1] an Kräutersauce[LA] mit Broccoli und Kartoffeln	2067 KJ 494 kcal 27 gE 17 gF 52 gKH	Cremesuppe[LA] Asiatische Gemüsepfanne[SL] in Kokos-Currysauce[2] mit Vollkornreis	1782 KJ 426 kcal 10 gE 12 gF 66 gKH	Banane
Sa	Deftiger Erbseneintopf[SL] mit Rauchfleisch[2,3] Kompott/ Obst	1766 KJ 422 kcal 17 gE 13 gF 53 gKH	Rindergulasch mit Prinzessbohnen und Kartoffelpüree[LA] Kompott/ Obst	1606 KJ 382 kcal 22 gE 18 gF 30 gKH	Couscous - Gemüsepfanne[G1] in Tomatensauce Kompott/ Obst	1996 KJ 477 kcal 20 gE 17 gF 62 gKH	Grießbrei[G1,LA]
So	Schweinebraten[2,3,4] an Bratensauce mit Karotten und Salzkartoffeln Tagesdessert[LA]	2113 KJ 505 kcal 25 gE 17 gF 57 gKH	Hähnchenbrustfilet an Rahmsauce[G1,LA] mit Kohlrabi in Rahm[LA] und Kartoffeln Tagesdessert[LA]	1841 KJ 440 kcal 28 gE 11 gF 55 gKH	Vegetarisches Schnitzel[G1,S,SO,LA] an heller Sauce mit Leipziger Allerlei und Kartoffeln Tagesdessert[LA]	2431 KJ 581 kcal 21 gE 17 gF 78 gKH	Nuggets[4,G1]

Legende: Rind, Schwein, Geflügel, Fisch, Laktosefrei, vegetarisch

Zusatzstoffe: 1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 mit Phosphat, 5 Schwefelung, 6 Geschwärzt, 7 Gewachst, 8 Süßungsmittel, 9 mit einem Süßungsmittel

Änderungen vorbehalten

Allergene: KR Krebstiere, FI Fisch, EI Eier, ER Erdnüsse, SO Soja, LA Milch oder Laktose, SC Schalenfrüchte: Mandeln SC1, Haselnüsse SC2, Walnüsse SC3, Cashewnüsse SC4, Pekannüsse SC5, Paranüsse SC6, PistazienSC7, Macadamianüsse SC8 , SL Sellerie, S Senf, SE Sesamsamen, SD Schwefeldioxid, SU Sulfide, LU Lupinen, WE Weichtiere, Glutenhaltiges Getreide: Weizen G1, Roggen G2, Hafer G3, Gerste G4

* Kennzeichnung entnehmen Sie bitte der Verpackung

Bitte beachten Sie bei der Auswahl, dass einige Speisen Spuren von Erdnüssen, Ei, Schalenfrüchten, Lupinen, Senf, Soja, Sesam und Sellerie enthalten können.