**SPEISEPLAN KW 13** vom 25.03.2024 bis 31.03.2024

*Guten Appetit!*

Friedehorst

| 8 | Menü 1 ( Vollkost ) | | | Menü 2 (ohne Schwein) | | | Menü 3 (Vegetarisch) | | | Abendsnack |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Mo** | Paniertes Schnitzel[G1] | 2774 | KJ | Rindfleischeintopf | 1406 | KJ | Blumenkohlbratling[G1,LA] | 2657 | KJ | Apfelmilch-Grieß[G1,LA] |
| | an Paprikasauce | 663 | kcal | mit buntem Gemüse[SL] | 336 | kcal | an Kräutersauce[LA] | 635 | kcal | |
| | mit Leipziger Allerlei | 29 | g E | und Kartoffeln | 20 | g E | mit Broccoli | 20 | g E | |
| | und Kartoffeln | 23 | g F | | 7 | g F | und Reis | 18 | g F | |
| | Tagesdessert[LA]* | 78 | g KH | Tagesdessert[LA]* | 43 | g KH | Tagesdessert[LA]* | 93 | g KH | |
| **Di** | 3 Königsbergerklöße[3,G1,LA] | 2678 | KJ | Putensteak | 2598 | KJ | Gefüllte Zucchini[2,LA] | 2757 | KJ | Fruchtbuttermilch[LA] |
| | an Kapernsauce[LA] | 640 | kcal | in Geflügelsauce[G1] | 621 | kcal | an Tomatensauce | 659 | kcal | |
| | mit Kartoffeln | 29 | g E | mit Blumenkohl in Rahm[LA] | 39 | g E | und Ebly[G1] | 24 | g E | |
| | und Rote Beete[8] | 28 | g F | und Reis | 18 | g F | dazu Salat | 20 | g F | |
| | Fruchtquark[LA] | 64 | g KH | Fruchtquark[LA] | 72 | g KH | Fruchtquark[LA] | 89 | g KH | |
| **Mi** | Schweinegulasch | 3402 | KJ | Gedünstetes Seelachsfilet | 2008 | KJ | Gemüse-Köttbullar[El] | 2975 | KJ | Cremesuppe[LA,SL] |
| | in Tomate-Zucchinisauce[LA] | 813 | kcal | an Petersiliensauce[LA] | 480 | kcal | an Rahmsauce[LA] | 711 | kcal | |
| | mit Kräuternudeln[G1] | 32 | g E | mit Möhren | 31 | g E | mit Erbsen | 34 | g E | |
| | | 32 | g F | und Kartoffeln | 8 | g F | und Kartoffeln | 20 | g F | |
| | Pudding[LA] | 96 | g KH | Pudding[LA] | 67 | g KH | Pudding[LA] | 88 | g KH | |
| **Do** | Bratwurst[S] | 2962 | KJ | Nudelauflauf [G1,LA] | 2987 | KJ | Milchreis[LA] | 3268 | KJ | Pfannkuchen[El,G1,LA] |
| | an Bratensauce[G1,S] | 708 | kcal | mit Gemüse[SL] | 714 | kcal | mit | 781 | kcal | |
| | mit Bohnen | 28 | g E | und Knoblauchsauce[LA] | 29 | g E | Kirschkompott | 21 | g E | |
| | und Kartoffelpüree[3,LA] | 39 | g F | | 26 | g F | | 15 | g F | |
| | Fruchtquark[LA] | 60 | g KH | Fruchtquark[LA] | 87 | g KH | Fruchtquark[LA] | 139 | g KH | |
| **Kar-freitag** | Champignoncremesuppe[LA] | 1833 | KJ | Champignoncremesuppe[LA] | 4782 | KJ | Champignoncremesuppe[LA] | 2184 | KJ | Kompott |
| | Kein Fleisch nur Vegetarisch | 438 | kcal | Paniertes Seelachsfilet[G1] | 1143 | kcal | 3 Kartoffeltaschen[1,LA] | 522 | kcal | |
| | | 16 | g E | an Remouladensauce[9,El,G1,S] | 36 | g E | mit Frischkäse[LA] und | 12 | g E | |
| | | 15 | g F | und Kartoffelsalat[1,2,9,El,G1,S] | 82 | g F | Paprika-Tomaten- | 26 | g F | |
| | | 55 | g KH | | 59 | g KH | Gemüse | 55 | g KH | |
| **Sa** | Grünkohleintopf[3,4,S,SL] | 2720 | KJ | Hühnerfrikassee[LA] | 2059 | KJ | Vegetarische Kohlroulade[El,G1,SO] | 2159 | KJ | Eiersalat[El,LA] |
| | mit Kassler | 650 | kcal | mit Spargel und Champignons | 492 | kcal | an Zwiebelsauce | 516 | kcal | |
| | und Kartoffelwürfel | 42 | g E | dazu Erbsen | 24 | g E | mit Kartoffeln | 17 | g E | |
| | | 23 | g F | und Reis | 5 | g F | und Salat | 16 | g F | |
| | Kompott/ Obst | 63 | g KH | Kompott/ Obst | 82 | g KH | Kompott/ Obst | 71 | g KH | |
| **Oster-Sonntag** | Kasselerbraten[2,3,4] | 1753 | KJ | Lammgulasch[LA] | 2469 | KJ | Gemüsemedaillon [Ei,G1,SL] | 2791 | KJ | 2 kleine Frikadellen[Ei,G1] |
| | an Bratensauce[G1,S] | 419 | kcal | mit Blumekohl | 590 | kcal | an Kräutersauce[LA] | 667 | kcal | |
| | mit Sommergemüse | 27 | g E | und Reisnudeln[G1] | 26 | g E | mit Mischgemüse | 20 | g E | |
| | und Kartoffeln | 9 | g F | | 17 | g F | und Kartoffeln | 31 | g F | |
| | Tagesdessert[LA]* | 56 | g KH | Tagesdessert[LA]* | 81 | g KH | Tagesdessert[LA]* | 74 | g KH | |

**Legende:** Schwein, Geflügel, Fisch, 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.**