

SPEISEPLAN KW 20

vom

13.05.2024



































bis

19.05.2024



Friedehorst

Guten Appetit!

5	Menü 1 (Vollkost)	Nährwerte	Menü 2 (ohne Schwein)	Nährwerte	Menü 3 (Vegetarisch)	Nährwerte	Extra	Abendsnack
Mo	 Currywurst ^{2,4} mit Currysauce und Kartoffelspalten ⁴ 	KJ 3184 Kcal 761 Eiweiß 20 Fett 40 KH 77	 Kartoffel- Gemüse Eintopf ^{SL} 	KJ 1343 Kcal 321 Eiweiß 9 Fett 7 KH 52	Vegetarische Frühlingsrolle ^{EI,G1,SL,SO} an Curry-Kokossauce mit Chinagemüse und Reis 	KJ 2510 Kcal 600 Eiweiß 14 Fett 16 KH 96	Tagesdessert	Kaiserschmarrn mit Apfelmus 
Di	Paniertes Schnitzel mit Käse-Schinken "Cordon Bleu" ^{2,3,G1,LA} an Bratensauce mit feinem Erbsengemüse und Röstiecken 	KJ 3469 Kcal 829 Eiweiß 38 Fett 30 KH 95	 Geflügelfrikadelle ^{EI,G1,LA,S} an Geflügelsauce mit Möhren und Reis 	KJ 2439 Kcal 583 Eiweiß 25 Fett 20 KH 71	Gefüllte Paprikaschote ^{G1,SL,S} an Tomatensauce und Kartoffelpüree ^{LA} 	KJ 2071 Kcal 495 Eiweiß 15 Fett 19 KH 62	Fruchtquark	Fleischsalat ^{G1,S} 
Mi	 Hühnereintopf ^{SL} mit Gemüse und Muschelnudeln ^{G1} 	KJ 1741 Kcal 416 Eiweiß 23 Fett 17 KH 44	Mehliertes Seelachsfilet ^{G1,LA} an Dillsauce ^{LA} mit buntem Gemüse ^{SL} und Kartoffeln 	KJ 1946 Kcal 465 Eiweiß 29 Fett 7 KH 67	Käsespätzle ^{EI,G1,LA} mit Röstzwiebeln ^{G1} dazu Salat 	KJ 2996 Kcal 716 Eiweiß 24 Fett 29 KH 86	Tagesdessert	Pflaumenkompott mit Zimt ^{LA} 
Do	Mediteranes Schweinegulasch mit getrockneten Tomaten und Zucchini-Auberginengemüse auf einer Polentaschnitte 	KJ 2741 Kcal 655 Eiweiß 23 Fett 26 KH 77	Putenbratwurst ^{4,LA,S} an Geflügelsauce mit Broccoli und Kartoffelpüree ^{LA} 	KJ 2176 Kcal 520 Eiweiß 36 Fett 21 KH 43	3 vegetarische Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung ^{LA} dazu Paprika-Tomaten- Gemüse 	KJ 2385 Kcal 570 Eiweiß 13 Fett 26 KH 68	Fruchtquark	Kräuterquark ^{EI,G1} 
Fr	4 Fischstäbchen ^{G1} an Remouladensauce ^{1,8,EI,G1,S} mit Röstkartoffeln und Gurkensalat 	KJ 3561 Kcal 851 Eiweiß 24 Fett 45 KH 81	Spargel in Sauce Hollandaise mit Kartoffeln 	KJ 2188 Kcal 523 Eiweiß 37 Fett 16 KH 56	Gebackene Kartoffel mit Kräuterquark ^{LA} dazu Gurkensalat 	KJ 1854 Kcal 443 Eiweiß 16,3 Fett 12 KH 62	Champignon Cremesuppe	Milchsuppe ^{G1,LA} 
Sa	 Hackfleischsauce Sauce Bolognese ^{SL} mit Spiralnudeln ^{G1} und Salat 	KJ 3548 Kcal 848 Eiweiß 39 Fett 16 KH 133	Nudel - Hähnchenpfanne mit Paprikagemüse und Kräutersauce 	KJ 1628 Kcal 389 Eiweiß 14 Fett 14 KH 49	2 gefüllte Pfannkuchen ^{EI,G1,LA} mit Heidelbeerfüllung dazu Vanillesauce ^{LA} 	KJ 2176 Kcal 520 Eiweiß 13 Fett 14 KH 82	Kompott / Obst	Rührei ^{LA} 
So	 Schweinebraten ^{2,3} an Bratensauce mit Mischgemüse ^{SL} und Kartoffeln 	KJ 2280 Kcal 545 Eiweiß 25 Fett 24 KH 54	Hähnchenspieß an Geflügelsauce mit Prinzessbohnen und Kartoffelpüree ^{LA} Tagesdessert ^{*LA} 	KJ 1556 Kcal 372 Eiweiß 29 Fett 6 KH 49	3 Zucchini-Möhren-Puffer ^{EI} an Kräuterdip ^{LA} mit Kartoffelspalten ^{G1} 	KJ 2941 Kcal 703 Eiweiß 23 Fett 31 KH 77	Tagesdessert	1 kleines Wiener Würstchen ⁴ 

Legende:



Rind



Schwein



Geflügel



Fisch



Laktosefrei



vegetarisch

Zusatzstoffe: 1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 mit Phosphat, 5 Schwefelung, 6 Geschwärtz, 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, Pistazien SC7,

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.