

SPEISEPLAN KW 22

vom

27.05.2024

bis

02.06.2024



Friedehorst

Guten Appetit!

7	Menü 1 (Vollkost)	Nährwerte	Menü 2 (ohne Schwein)	Nährwerte	Menü 3 (Vegetarisch)	Nährwerte	Extra	Abendsnack
Mo	Leberkäse ^{2,3} an Zwiebelsauce ^S mit Sauerkraut und Kartoffeln	KJ 2548 Kcal 609 Eiweiß 20 Fett 32 KH 56	Hühnereintopf mit Suppengemüse ^{SL} , Eierstich ^{LA} und Nudeln ^{G1}	KJ 1741 Kcal 416 Eiweiß 23 Fett 17 KH 44	6 Bulgurbällchen ^{G1,LA} an Kräuterquark ^{LA} dazu eine Reis-Gemüsepfanne ^{SL}	KJ 2372 Kcal 567 Eiweiß 22 Fett 11 KH 90	Tagesdessert	Milchnudeln
Di	Köttbullar ^{EI,G1,LA,S} (Hackbällchen) an Rahmsauce mit Erbsen und Kartoffeln	KJ 2741 Kcal 655 Eiweiß 27 Fett 24 KH 73	Gedünstetes Seelachsfilet an Dill-Honigsauce ^{LA} mit Möhren und Salzkartoffeln	KJ 2310 Kcal 552 Eiweiß 32 Fett 16 KH 63	Kartoffelgulasch mit Zucchini und Paprikagemüse	KJ 2046 Kcal 489 Eiweiß 13 Fett 25 KH 48	Fruchtquark	Gemüse-Salat
Mi	Gulasch vom Schwein ^{LA} mit Champignons und Kartoffelpüree ^{LA}	KJ 2510 Kcal 600 Eiweiß 25 Fett 28 KH 62	Hähnchenbrustfilet in Salbeisauce mit Brechbohnen und Reis	KJ 2075 Kcal 496 Eiweiß 31 Fett 6 KH 77	Vegetarische Frikadelle ^{3,G1,S} mit Tomatensauce und Broccoli dazu Kartoffeln	KJ 2594 Kcal 620 Eiweiß 31 Fett 18 KH 77	Tagesdessert	Trinkjoghurt
Do	Frikadelle ^{EI,G1} an Thymiansauce mit buntem Gemüse ^{SL} und Reis	KJ 3059 Kcal 731 Eiweiß 37 Fett 30 KH 74	Sojageschnitzeltes mit Pilzen ^{SO} dazu Mischgemüse und Spätzle ^{EI,G1}	KJ 2548 Kcal 609 Eiweiß 27 Fett 19 KH 80	3 Pfannkuchen ^{EI,G1,LA} mit Apfelmus ³	KJ 2339 Kcal 559 Eiweiß 23 Fett 16 KH 77	Quarkspeise	Fruchtsuppe
Fr	2 Fischfrikadellen ^{G1} mit Kartoffelsalat ^{1,2,9,EI,G1,S}	KJ 1955 Kcal 603 Eiweiß 20 Fett 17 KH 89	Bami Goreng ^{3,EI,G1,SO} Asiatisches Gemüse mit Hähnchenstreifen und Nudeln ^{G1}	KJ 2084 Kcal 498 Eiweiß 31 Fett 15 KH 55	Gnocchi ^{EI,G1} an Paprikasauce mit Grillgemüse	KJ 1728 Kcal 413 Eiweiß 10 Fett 8 KH 73	Kürbis Cremesuppe	3 Chickennuggets
Sa	Linseneintopf mit Suppengemüse ^{SL} und Fleischwurstwürfel ^{2,3,4}	KJ 1598 Kcal 382 Eiweiß 23 Fett 9 KH 49	Bremer Seemannslabskaus mit Roter Bete	KJ 2368 Kcal 566 Eiweiß 31,3 Fett 15 KH 73	Tortellini ^{3,EI,LA,G1,S} an Käse-Sahnesauce ^{1,4,LA} und Salat	KJ 2715 Kcal 649 Eiweiß 20 Fett 32 KH 67	Kompott/ Obst	Fruchtquark
So	Kräuterbraten ^S an Preiselbeersauce mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree ^{LA}	KJ 2427 Kcal 580 Eiweiß 44 Fett 8 KH 78	Deftiges Rindergulasch mit Paprika und Nudeln ^{G1}	KJ 2431 Kcal 581 Eiweiß 25 Fett 9 KH 97	Vegetarische Lasagne ^{G1,LA} mit Tomatensauce	KJ 2351 Kcal 562 Eiweiß 13 Fett 25 KH 70	Tagesdessert	Kompott

Legende:



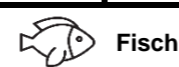
Rind



Schwein



Geflügel



Fisch



Lactosefrei



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.