

# Speisekarte

Datum/Uhrzeit

24.04.2019 / 13:45

VK LVK FF Abend

Seite 1

## Abendessen

	Menü 1	Menü 2	Menü 3
<b>Montag</b> 03.06.19	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) Hausmacher Sülze vom Schwein (2,15) Kalbfleisch in Aspik (2,15,20) Essiggurke (2,21)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) LVK Frischwurst vom Geflügel (1,2,6,15,20) Fleischkäse-Häppchen v Schwein (2,14,15,34) Karottensticks Senf (5)	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Frischkäse 50% Fett (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) Käsesalat (1,8,9,12)
<b>Dienstag</b> 04.06.19	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) Teewürstchen v.Schwein+Rind VK Frischwurst vom Geflügel (1,2,6,15,20) Gemüsesalat (1)	2 Mischbrot (14,34,35) 20g Halbfettmargarine (1) LVK Schnittkäse (1,2,8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) LVK Wurstaufschnitt vom Geflügel (1,2,6,15,20) Gemüsesalat (1)	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 20g Halbfettmargarine (1) FFSchnittkäse (1,8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) Heringshappen Friesisch (11)
<b>Mittwoch</b> 05.06.19	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) VK Frischwurst v.Schwein+Rind (2,15,20) Frischkäse (8) Geflügelsülze (2,15)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) LVK Schnittkäse (1,2,8) Frischkäse (8) LVK Frischwurst vom Geflügel (1,2,6,15,20) Wachsbohnsalat (1)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) LVK Schnittkäse (1,2,8) FFSchnittkäse (1,8) Frischkäse (8) Grünkernsalat (1,6,8,14,38)
<b>Donnerstag</b> 06.06.19	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) VK Schnittkäse (1,8) Gabelrollmops (5,11,22) Krustenbraten vom Schwein (2,15,20)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) LVK Schnittkäse (1,2,8) pflanzlicher Brotaufstrich (5) LVK Wurstaufschnitt vom Geflügel (1,2,6,15,20) mediterrane Kirschtomaten (8)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) FFSchnittkäse (1,8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) Grünkern-Meerrettich-Aufstrich (3,14,15,17,38) Mixed Pickles (1)
<b>Freitag</b> 07.06.19	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) VK Käseaufschnitt (1,8) angemachter Camembert (8) Ratatouillesalat	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) LVK Frischwurst v. Schwein+Rind (2,15,20) Camembert (8) Mozzarella (8) Karottensalat (1)	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) FFSchnittkäse (1,8) angemachter Camembert (8) Garnelensalat (1,8,9,12,13,15)
<b>Samstag</b> 08.06.19	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Frischkäse (8) Geflügelwiener 1 St (2,6,15,20) VK Wurstaufschnitt vom Geflügel (1,2,6,15,20) Zucchini-Tomaten-Salat (1,3,15,17) Senf (5)	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 20g Halbfettmargarine (1) Frischkäse (8) LVK Wurstaufschnitt vom Geflügel (1,2,6,15,20) Geflügelwiener 1 St (2,6,15,20)	2 Mischbrot (14,34,35) 20g Halbfettmargarine (1) FFKäseaufschnitt (1,8) Frischkäse (8) Zucchini-Tomaten-Salat (1,3,15,17)
<b>Sonntag</b> 09.06.19	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) VK Schnittkäse (1,8) Wurstsalat v. Schwein (1,2,6,15,20,21,22) Babybel (8) Kirschtomaten	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) LVK Schnittkäse (1,2,8) Wurstsalat v. Schwein (1,2,6,15,20,21,22) Babybel (8) Kirschtomaten	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) FFSchnittkäse (1,8) Räucherlachs-Frischkäse (8,11) Babybel (8)

1=mit Farbstoff,2=mit Konservierungsstoff,3=Schwefeldioxid und Sulfite,5=Senf und Senferzeugnisse,6=Sellerie und Sellerieerzeugnisse,8=Milch und Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose),9=Soja und Sojaerzeugnisse,11=Fisch und Fischerzeugnisse,12=Eier und Eierzeugnisse,13=Krebstiere und Krebstiererzeugnisse,14=Glutenhaltiges Getreide,15=mit Antioxidationsmittel,17=geschwefelt,20=mit Phosphat, Stabilisator,21=mit Süßungsmittel(n),22=mit einer Zuckerart und Süßungsmittel,25=mit Milcheiweiß,34=Weizen,35=Roggen,38=Dinkel

## Abendessen

### Nährwerte

	Menü 1	Menü 2	Menü 3
<b>Montag</b> 03.06.19	Kilokalorien 359,56 kcal	Kilokalorien 2.243,31 kcal	Kilokalorien 2.447,26 kcal
	Fett 14,19 g	Fett 35,32 g	Fett 43,93 g
	Kohlenhydrate 37,41 g	Kohlenhydrate 373,00 g	Kohlenhydrate 399,20 g
	Eiweiss 20,88 g	Eiweiss 88,06 g	Eiweiss 93,08 g
	Ges. Fettsäuren 8 g	Ges. Fettsäuren 12 g	Ges. Fettsäuren 19 g
	Saccharose 2 g	Saccharose 119 g	Saccharose 123 g
	(Rübenzuc Natrium 1.536,03 mg)	(Rübenzuc Natrium 5.521,83 mg)	(Rübenzuc Natrium 5.623,55 mg)
<b>Dienstag</b> 04.06.19	Kilokalorien 443,08 kcal	Kilokalorien 516,73 kcal	Kilokalorien 619,34 kcal
	Fett 21,87 g	Fett 27,26 g	Fett 27,74 g
	Kohlenhydrate 41,23 g	Kohlenhydrate 41,07 g	Kohlenhydrate 63,70 g
	Eiweiss 19,25 g	Eiweiss 25,55 g	Eiweiss 26,55 g
	Ges. Fettsäuren 10 g	Ges. Fettsäuren 11 g	Ges. Fettsäuren 12 g
	Saccharose 3 g	Saccharose 3 g	Saccharose 9 g
	(Rübenzuc Natrium 1.541,65 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.545,15 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.997,25 mg)
<b>Mittwoch</b> 05.06.19	Kilokalorien 522,01 kcal	Kilokalorien 527,16 kcal	Kilokalorien 708,50 kcal
	Fett 21,13 g	Fett 28,61 g	Fett 39,32 g
	Kohlenhydrate 60,52 g	Kohlenhydrate 42,58 g	Kohlenhydrate 55,48 g
	Eiweiss 20,73 g	Eiweiss 23,93 g	Eiweiss 31,98 g
	Ges. Fettsäuren 10 g	Ges. Fettsäuren 15 g	Ges. Fettsäuren 24 g
	Saccharose 4 g	Saccharose 3 g	Saccharose 4 g
	(Rübenzuc Natrium 1.723,04 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.452,24 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.314,28 mg)
<b>Donnerstag</b> 06.06.19	Kilokalorien 626,01 kcal	Kilokalorien 515,63 kcal	Kilokalorien 518,78 kcal
	Fett 28,03 g	Fett 30,33 g	Fett 24,92 g
	Kohlenhydrate 61,47 g	Kohlenhydrate 38,00 g	Kohlenhydrate 50,97 g
	Eiweiss 30,34 g	Eiweiss 22,24 g	Eiweiss 20,86 g
	Ges. Fettsäuren 14 g	Ges. Fettsäuren 14 g	Ges. Fettsäuren 14 g
	Saccharose 4 g	Saccharose 1 g	Saccharose 4 g
	(Rübenzuc Natrium 1.933,97 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.150,84 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.404,15 mg)
<b>Freitag</b> 07.06.19	Kilokalorien 456,80 kcal	Kilokalorien 477,41 kcal	Kilokalorien 622,46 kcal
	Fett 26,88 g	Fett 26,00 g	Fett 32,91 g
	Kohlenhydrate 35,11 g	Kohlenhydrate 39,72 g	Kohlenhydrate 54,77 g
	Eiweiss 18,02 g	Eiweiss 20,20 g	Eiweiss 25,07 g
	Ges. Fettsäuren 17 g	Ges. Fettsäuren 14 g	Ges. Fettsäuren 18 g
	Saccharose 0 g	Saccharose 2 g	Saccharose 2 g
	(Rübenzuc Natrium 838,50 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.457,52 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.354,39 mg)
<b>Samstag</b> 08.06.19	Kilokalorien 538,95 kcal	Kilokalorien 625,35 kcal	Kilokalorien 475,06 kcal
	Fett 29,19 g	Fett 29,22 g	Fett 24,25 g
	Kohlenhydrate 45,42 g	Kohlenhydrate 63,21 g	Kohlenhydrate 44,34 g
	Eiweiss 22,39 g	Eiweiss 25,22 g	Eiweiss 18,79 g
	Ges. Fettsäuren 12 g	Ges. Fettsäuren 8 g	Ges. Fettsäuren 10 g
	Saccharose 7 g	Saccharose 7 g	Saccharose 6 g
	(Rübenzuc Natrium 1.901,66 mg)	(Rübenzuc Natrium 2.141,16 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.194,36 mg)
<b>Sonntag</b> 09.06.19	Kilokalorien 641,70 kcal	Kilokalorien 647,36 kcal	Kilokalorien 608,40 kcal
	Fett 41,44 g	Fett 42,06 g	Fett 31,24 g
	Kohlenhydrate 39,77 g	Kohlenhydrate 39,84 g	Kohlenhydrate 54,03 g
	Eiweiss 26,41 g	Eiweiss 26,42 g	Eiweiss 26,54 g
	Ges. Fettsäuren 20 g	Ges. Fettsäuren 20 g	Ges. Fettsäuren 18 g
	Saccharose 5 g	Saccharose 5 g	Saccharose 2 g
	(Rübenzuc Natrium 1.755,44 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.797,44 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.385,04 mg)