

Speisekarte

Datum/Uhrzeit

02.09.2019 / 09:25

VK LVK FF Abend

Seite 1

Abendessen

	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag 14.10.19	++TAGESEMPFEHLUNG++ Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Frischkäse (8) VK Wurstaufschnitt vom Geflügel (1,2,6,15,20) Geflügel-Frikadellen (5,12,14,34)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Frischkäse (8) LVK Frischwurst vom Schwein (2,5,15,20) Geflügel-Frikadellen (5,12,14,34) Rote Bete-Apfel Rohkost (15)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) FFSchnittkäse (1,8) Frischkäse (8) Camembert (8) Griechischer Salat (1,3,8,15,17)
Dienstag 15.10.19	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) VK Schnittkäse (1,8) Rindswurstchen (2,15,20) Gemüse-Quark-Aufstrich (6,8,15) Blumenkohlsalat (1)	++TAGESEMPFEHLUNG++ Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 20g Halbfettmargarine (1) LVK Schnittkäse (1,2,8) gek. Schinken v. Schwein (2,15,20) Gemüse-Quark-Aufstrich (6,8,15)	2 Mischbrot (14,34,35) 20g Halbfettmargarine (1) FFSchnittkäse (1,8) Frischkäse (8) Gemüse-Quark-Aufstrich (6,8,15) Frische Gurke
Mittwoch 16.10.19	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Schmelzkäse (1,2,8,20) Gabelrollmops (5,9,11,15,22) Geflügel-Paprika-Lyoner (1,2,15,20) Reissalat (1,8,12,15)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) LVK Schnittkäse (1,2,8) Schmelzkäse (1,2,8,20) LVK Frischwurst vom Geflügel (1,2,6,15,20) Senfgurke (5,15,21)	++TAGESEMPFEHLUNG++ Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Frischkäse 50% Fett (8) Schmelzkäse (1,2,8,20) Gabelrollmops (5,9,11,15,22)
Donnerstag 17.10.19	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Camembert (8) Schwarzwälder Schinken v. Schwein (2) Räucherlachs-Frischkäse (8,11) Honigmelone	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) pflanzlicher Brotaufstrich (5) LVK Frischwurst vom Schwein (2,5,15,20) Krustenbraten vom Schwein (2,15,20) Honigmelone	++TAGESEMPFEHLUNG++ Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Camembert (8) pflanzlicher Brotaufstrich (5) Räucherlachs-Frischkäse (8,11)
Freitag 18.10.19	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) VK Käseaufschnitt (1,8) Brotzeitquark (8) Babybel (8) Broccoli-Tomatensalat (1)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Frischkäse 50% Fett (8) LVK Wurstaufschnitt vom Geflügel (1,2,6,15,20) Geflügelwiener 1 St (2,6,15,20) Broccoli-Tomatensalat (1) Senf (5)	++TAGESEMPFEHLUNG++ Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) FFKäseaufschnitt (8) Brotzeitquark (8) Babybel (8)
Samstag 19.10.19	++TAGESEMPFEHLUNG++ Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) VK Frischwurst v. Schwein+Rind (2,15,20) VK Schnittkäse (1,8) Schmelzkäse (1,2,8,20)	2 Mischbrot (14,34,35) 20g Halbfettmargarine (1) LVK Frischwurst v. Schwein+Rind (2,15,20) LVK Schnittkäse (1,2,8) Schmelzkäse (1,2,8,20) Wachsbohnsalat (1)	2 Mischbrot (14,34,35) 20g Halbfettmargarine (1) FFSchnittkäse (1,8) Schmelzkäse (1,2,8,20) Heringshappen Friesisch (11) Wachsbohnsalat (1)
Sonntag 20.10.19	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Leberwurstchen vom Schwein (2,15) roher Schinken v. Schwein (2) Mozzarella (8) mediterrane Kirschtomaten (8)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Leberwurstchen vom Schwein (2,15) Mozzarella (8) Camembert Creme (8) mediterrane Kirschtomaten (8)	++TAGESEMPFEHLUNG++ Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) FFSchnittkäse (1,8) Mozzarella (8) Camembert Creme (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,14=Glutenhaltiges Getreide,15=mit Antioxidationsmittel,17=geschwefelt,20=mit Phosphat, Stabilisator,21=mit Süßungsmittel(n),22=mit einer Zuckerart und Süßungsmittel,34=Weizen,35=Roggen

Abendessen

Nährwerte

	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag 14.10.19	Kilokalorien 603,43 kcal Fett 26,21 g Kohlenhydrate 62,74 g Eiweiss 27,61 g Ges. Fettsäuren 10 g Saccharose 5 g (Rübenzuc Natrium 2.196,54 mg	Kilokalorien 545,32 kcal Fett 30,22 g Kohlenhydrate 45,75 g Eiweiss 21,72 g Ges. Fettsäuren 11 g Saccharose 6 g (Rübenzuc Natrium 1.297,34 mg	Kilokalorien 549,75 kcal Fett 30,65 g Kohlenhydrate 41,55 g Eiweiss 26,08 g Ges. Fettsäuren 19 g Saccharose 4 g (Rübenzuc Natrium 1.645,54 mg
Dienstag 15.10.19	Kilokalorien 512,73 kcal Fett 28,25 g Kohlenhydrate 38,91 g Eiweiss 24,89 g Ges. Fettsäuren 15 g Saccharose 1 g (Rübenzuc Natrium 1.599,44 mg	Kilokalorien 581,99 kcal Fett 24,80 g Kohlenhydrate 56,60 g Eiweiss 31,13 g Ges. Fettsäuren 9 g Saccharose 1 g (Rübenzuc Natrium 1.952,94 mg	Kilokalorien 451,62 kcal Fett 24,08 g Kohlenhydrate 37,31 g Eiweiss 20,43 g Ges. Fettsäuren 10 g Saccharose 1 g (Rübenzuc Natrium 1.010,78 mg
Mittwoch 16.10.19	Kilokalorien 614,85 kcal Fett 31,51 g Kohlenhydrate 55,52 g Eiweiss 19,35 g Ges. Fettsäuren 12 g Saccharose 6 g (Rübenzuc Natrium 1.772,89 mg	Kilokalorien 487,26 kcal Fett 26,60 g Kohlenhydrate 37,51 g Eiweiss 23,59 g Ges. Fettsäuren 15 g Saccharose 2 g (Rübenzuc Natrium 1.340,83 mg	Kilokalorien 668,58 kcal Fett 29,06 g Kohlenhydrate 73,56 g Eiweiss 19,52 g Ges. Fettsäuren 12 g Saccharose 7 g (Rübenzuc Natrium 1.721,39 mg
Donnerstag 17.10.19	Kilokalorien 449,38 kcal Fett 20,20 g Kohlenhydrate 40,62 g Eiweiss 25,72 g Ges. Fettsäuren 11 g Saccharose 3 g (Rübenzuc Natrium 1.673,24 mg	Kilokalorien 450,23 kcal Fett 23,72 g Kohlenhydrate 41,69 g Eiweiss 16,70 g Ges. Fettsäuren 10 g Saccharose 3 g (Rübenzuc Natrium 1.265,75 mg	Kilokalorien 493,24 kcal Fett 18,55 g Kohlenhydrate 60,04 g Eiweiss 20,18 g Ges. Fettsäuren 10 g Saccharose 4 g (Rübenzuc Natrium 1.279,49 mg
Freitag 18.10.19	Kilokalorien 515,77 kcal Fett 27,21 g Kohlenhydrate 39,34 g Eiweiss 27,34 g Ges. Fettsäuren 16 g Saccharose 2 g (Rübenzuc Natrium 1.311,32 mg	Kilokalorien 512,67 kcal Fett 27,92 g Kohlenhydrate 39,64 g Eiweiss 24,10 g Ges. Fettsäuren 12 g Saccharose 2 g (Rübenzuc Natrium 1.869,72 mg	Kilokalorien 599,83 kcal Fett 27,16 g Kohlenhydrate 57,21 g Eiweiss 29,96 g Ges. Fettsäuren 16 g Saccharose 3 g (Rübenzuc Natrium 1.539,32 mg
Samstag 19.10.19	Kilokalorien 638,65 kcal Fett 31,60 g Kohlenhydrate 60,89 g Eiweiss 26,04 g Ges. Fettsäuren 17 g Saccharose 4 g (Rübenzuc Natrium 1.689,45 mg	Kilokalorien 549,71 kcal Fett 31,15 g Kohlenhydrate 43,05 g Eiweiss 23,08 g Ges. Fettsäuren 13 g Saccharose 4 g (Rübenzuc Natrium 1.490,95 mg	Kilokalorien 533,29 kcal Fett 27,13 g Kohlenhydrate 48,01 g Eiweiss 22,84 g Ges. Fettsäuren 12 g Saccharose 9 g (Rübenzuc Natrium 1.729,85 mg
Sonntag 20.10.19	Kilokalorien 542,44 kcal Fett 32,31 g Kohlenhydrate 36,10 g Eiweiss 26,42 g Ges. Fettsäuren 15 g Saccharose 1 g (Rübenzuc Natrium 1.622,14 mg	Kilokalorien 507,51 kcal Fett 31,88 g Kohlenhydrate 36,12 g Eiweiss 18,39 g Ges. Fettsäuren 17 g Saccharose 1 g (Rübenzuc Natrium 971,54 mg	Kilokalorien 660,61 kcal Fett 36,55 g Kohlenhydrate 53,72 g Eiweiss 27,93 g Ges. Fettsäuren 21 g Saccharose 1 g (Rübenzuc Natrium 1.202,14 mg