

Speisekarte

Datum/Uhrzeit

24.04.2019 / 14:43

ATK Abend

Seite 1

Abendessen

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
Montag 10.06.19	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse (8) ATK-Geflügel-Bierschinken (1,2,15,20) ATK Brotzeitquark Natur (8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse (8) Leberwürstchen vom Schwein (2,15) ATK-Geflügel-Frikadellen (5,12,14,34)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) ATK-Tilsiter (1,8)
Dienstag 11.06.19	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) 2 ATK-Gekochter Schinken (2,15,20) ATK-Maasdamer (1,8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) ATK-Gekochter Schinken (2,15,20) ATK-Maasdamer (1,8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) ATK-Maasdamer (1,8)
Mittwoch 12.06.19	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) ATK-Geflügel-Jagdwurst (1,2,15,20) ATK-Gouda (1,8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) ATK-Geflügelwiener 1 Stck (2,6,15,20) ATK-Lyoner vom Schwein (2,15,20)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse 50% Fett (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) ATK-Gouda (1,8)
Donnerstag 13.06.19	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) pflanzlicher Brotaufstrich (5) ATK-Gelbwurst v.Schw.u.Ri ATK-Geflügel-Bierschinken (1,2,15,20)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) pflanzlicher Brotaufstrich (5) ATK-Krustenbraten v Schwein (2,15,20) ATK-Emmentaler (8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse 50% Fett (8) pflanzlicher Brotaufstrich (5) ATK-Emmentaler (8)
Freitag 14.06.19	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse 50% Fett (8) ATK-Geflügelwiener,1St. (2,6,15,20) ATK-Butterkäse (1,8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse (8) ATK-Butterkäse (1,8) ATK Brotzeitquark Natur (8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse (8) ATK-Butterkäse (1,8) ATK Brotzeitquark Natur (8)
Samstag 15.06.19	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) ATK-Lyoner vom Schwein (2,15,20) ATK-Tilsiter (1,8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) ATK-Lyoner vom Schwein (2,15,20) ATK-Tilsiter (1,8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) Heringhäppchen (5,11) ATK-Tilsiter (1,8)
Sonntag 16.06.19	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) Leberwürstchen vom Schwein (2,15) 2 ATK-Gekochter Schinken (2,15,20)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) Leberwürstchen vom Schwein (2,15) ATK-Gekochter Schinken (2,15,20)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse (8) Schmelzkäse (1,2,8,20,25) ATK-Edamer (1,8)

1=mit Farbstoff,2=mit Konservierungsstoff,5=Senf und Senferzeugnisse,6=Sellerie und Sellerieerzeugnisse,8=Milch und Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose),11=Fisch und Fischerzeugnisse,12=Eier und Eierzeugnisse,14=Glutenhaltiges Getreide,15=mit Antioxidationsmittel,20=mit Phosphat, Stabilisator,25=mit Milcheiweiß,34=Weizen,35=Roggen

Abendessen

Nährwerte

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
Montag 10.06.19	Kilokalorien 377,78 kcal	Kilokalorien 454,74 kcal	Kilokalorien 446,30 kcal
	Fett 17,73 g	Fett 24,95 g	Fett 24,38 g
	Kohlenhydrate 37,61 g	Kohlenhydrate 38,36 g	Kohlenhydrate 36,83 g
	Eiweiss 16,42 g	Eiweiss 18,71 g	Eiweiss 19,20 g
	Ges. Fettsäuren 9 g	Ges. Fettsäuren 10 g	Ges. Fettsäuren 15 g
	Saccharose 3 g	Saccharose 1 g	Saccharose 2 g
	(Rübenzuc Natrium 944,71 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.077,03 mg)	(Rübenzuc Natrium 939,56 mg)
Dienstag 11.06.19	Kilokalorien 497,26 kcal	Kilokalorien 456,46 kcal	Kilokalorien 456,30 kcal
	Fett 24,02 g	Fett 23,02 g	Fett 25,19 g
	Kohlenhydrate 36,48 g	Kohlenhydrate 36,20 g	Kohlenhydrate 36,83 g
	Eiweiss 33,15 g	Eiweiss 25,55 g	Eiweiss 20,00 g
	Ges. Fettsäuren 14 g	Ges. Fettsäuren 14 g	Ges. Fettsäuren 15 g
	Saccharose 1 g	Saccharose 1 g	Saccharose 2 g
	(Rübenzuc Natrium 1.591,03 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.207,03 mg)	(Rübenzuc Natrium 891,56 mg)
Mittwoch 12.06.19	Kilokalorien 490,94 kcal	Kilokalorien 495,70 kcal	Kilokalorien 464,46 kcal
	Fett 27,75 g	Fett 29,86 g	Fett 26,20 g
	Kohlenhydrate 36,66 g	Kohlenhydrate 36,78 g	Kohlenhydrate 36,86 g
	Eiweiss 23,08 g	Eiweiss 19,37 g	Eiweiss 19,67 g
	Ges. Fettsäuren 15 g	Ges. Fettsäuren 13 g	Ges. Fettsäuren 16 g
	Saccharose 1 g	Saccharose 2 g	Saccharose 2 g
	(Rübenzuc Natrium 1.224,11 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.351,03 mg)	(Rübenzuc Natrium 887,03 mg)
Donnerstag 13.06.19	Kilokalorien 396,67 kcal	Kilokalorien 472,22 kcal	Kilokalorien 465,82 kcal
	Fett 20,73 g	Fett 26,00 g	Fett 26,74 g
	Kohlenhydrate 37,13 g	Kohlenhydrate 36,42 g	Kohlenhydrate 37,20 g
	Eiweiss 14,78 g	Eiweiss 22,72 g	Eiweiss 18,56 g
	Ges. Fettsäuren 8 g	Ges. Fettsäuren 13 g	Ges. Fettsäuren 15 g
	Saccharose 1 g	Saccharose 1 g	Saccharose 2 g
	(Rübenzuc Natrium 1.187,28 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.008,40 mg)	(Rübenzuc Natrium 778,00 mg)
Freitag 14.06.19	Kilokalorien 521,30 kcal	Kilokalorien 436,54 kcal	Kilokalorien 436,54 kcal
	Fett 31,66 g	Fett 23,24 g	Fett 23,24 g
	Kohlenhydrate 35,74 g	Kohlenhydrate 36,89 g	Kohlenhydrate 36,89 g
	Eiweiss 22,73 g	Eiweiss 19,38 g	Eiweiss 19,38 g
	Ges. Fettsäuren 16 g	Ges. Fettsäuren 14 g	Ges. Fettsäuren 14 g
	Saccharose 1 g	Saccharose 3 g	Saccharose 3 g
	(Rübenzuc Natrium 1.312,50 mg)	(Rübenzuc Natrium 923,43 mg)	(Rübenzuc Natrium 923,43 mg)
Samstag 15.06.19	Kilokalorien 502,50 kcal	Kilokalorien 502,50 kcal	Kilokalorien 595,16 kcal
	Fett 29,86 g	Fett 29,86 g	Fett 35,22 g
	Kohlenhydrate 36,28 g	Kohlenhydrate 36,28 g	Kohlenhydrate 39,07 g
	Eiweiss 21,47 g	Eiweiss 21,47 g	Eiweiss 28,65 g
	Ges. Fettsäuren 16 g	Ges. Fettsäuren 16 g	Ges. Fettsäuren 17 g
	Saccharose 2 g	Saccharose 2 g	Saccharose 4 g
	(Rübenzuc Natrium 1.159,03 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.159,03 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.411,03 mg)
Sonntag 16.06.19	Kilokalorien 434,96 kcal	Kilokalorien 394,16 kcal	Kilokalorien 443,90 kcal
	Fett 20,05 g	Fett 19,05 g	Fett 23,75 g
	Kohlenhydrate 36,73 g	Kohlenhydrate 36,45 g	Kohlenhydrate 36,83 g
	Eiweiss 26,28 g	Eiweiss 18,68 g	Eiweiss 20,04 g
	Ges. Fettsäuren 10 g	Ges. Fettsäuren 10 g	Ges. Fettsäuren 14 g
	Saccharose 1 g	Saccharose 1 g	Saccharose 2 g
	(Rübenzuc Natrium 1.571,03 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.187,03 mg)	(Rübenzuc Natrium 891,56 mg)