

# Speisekarte

Datum/Uhrzeit

24.04.2019 / 14:25

ATK mittag

Seite 1

## Mittagessen

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
<b>Montag</b> 03.06.19	Zucchini-cremesuppe (5,6,8,14,34) Hühnerfrikassee mit Karott-Erbsen-Gemüse (8,14,15,34) Vollkornreis ATK-Pfirsichkompott	Zucchini-cremesuppe (5,6,8,14,34) ATK-Hähnchenbrust Bratensoße (6,14,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Karottengemüse ATK-Pfirsichkompott	Zucchini-cremesuppe (5,6,8,14,34) Rösti 3St (8,14,34) ATK-Pfirsichkompott
<b>Dienstag</b> 04.06.19	Gemüsebrühe mit Reis (5,6) Seelachsfilet, gedünstet (11) Kapernsoße (8,14,15,34) Kartoffeln (15) Spinat (8,14,34) Joghurtdessert (8,12,14,27,34)	Gemüsebrühe mit Reis (5,6) Cordon Bleu vom Schwein (1,2,8,14,15,34) Schwenkkartoffeln (15) ATK-Butterbohnen (8) Joghurtdessert (8,12,14,27,34)	Gemüsebrühe mit Reis (5,6) Gemüse-Nudel-Pfanne (6,14,34) Tomatensoße (14,34) Joghurtdessert (8,12,14,27,34)
<b>Mittwoch</b> 05.06.19	Selleriesuppe (5,6,8,14,34) ATK-Hähnchenbrust Geflügelsoße (14,34) Vollkornnudeln (14,34) Broccoligemüse ATK-Mandarinenkompott	Selleriesuppe (5,6,8,14,34) ATK-Pizza Hawaii (2,8,14,15,20,34,36) ATK-Mandarinenkompott	Selleriesuppe (5,6,8,14,34) Gemüseintopf mit Tofu u.Kartoffeln (5,6,9,15) ATK-Mandarinenkompott
<b>Donnerstag</b> 06.06.19	Brühe mit Käse-Tortellini (5,6,8,12,14,34) Schwedisches Dillfleisch vom Rind Rindfleischsoße (8,14,34) Kartoffeln (15) ATK-Rote Beete Salat (21) Fruchtjoghurt (8)	Brühe mit Käse-Tortellini (5,6,8,12,14,34) Atlantischer Butt, paniert und gebacken (5,8,11,14,34) Kartoffeln (15) Spinat (8,14,34) Zitrone Fruchtjoghurt (8)	Brühe mit Käse-Tortellini (5,6,8,12,14,34) ATK-Grießbrei (8,14,34) ATK-Apfelmus (15) Fruchtjoghurt (8)
<b>Freitag</b> 07.06.19	Spargelcremesuppe (5,6,8,14,15,34) Seelachsfilet, gedünstet (11) Gemüsesoße zu Fisch (6,8,11,14,34) Reis Buntes Gemüse ATK-Birnenkompott	Spargelcremesuppe (5,6,8,14,15,34) Rinderroulade mit Schweinebauch (2,5) Rouladensoße (2,5,6,14,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Karotten-Erbsen-Gemüse ATK-Birnenkompott	Spargelcremesuppe (5,6,8,14,15,34) ATK-Asiatische Nudel-Gemüse-Pfanne (14,34) Asia-Curry-Soße (8,14,34) ATK-Birnenkompott
<b>Samstag</b> 08.06.19	Brühe mit Tomatenklößchen (6,12,14,34) Rinderbraten Rahmsoße (14,34) Frische Spätzle (12,14,34,38) Zucchini-gemüse Dessert-Pudding (1,8)	Brühe mit Tomatenklößchen (6,12,14,34) Rinderbraten Rahmsoße (14,34) Frische Spätzle (12,14,34,38) Zucchini-gemüse Dessert-Pudding (1,8)	Brühe mit Tomatenklößchen (6,12,14,34) Kartoffel-Lauch-Auflauf (8,12,15) ATK-Bechamelsoße (8,14,34) Zucchini-gemüse Dessert-Pudding (1,8)
<b>Sonntag</b> 09.06.19	Champignoncremesuppe (5,6,8,14,34) Hähnchenroulade mit Truthahnbrät-Füllung (14,34,35,36) Thymiansoße (6,14,34) Vollkornreis Karottengemüse ATK-Fruchtcocktail	Champignoncremesuppe (5,6,8,14,34) Hähnchenroulade mit Truthahnbrät-Füllung (14,34,35,36) Thymiansoße (6,14,34) Vollkornreis Karottengemüse ATK-Fruchtcocktail	Champignoncremesuppe (5,6,8,14,34) Grünkern-Vollkornreis-Pfanne mit Gemüse (6,14,38) Käsesoße (8,14,34) Karottengemüse ATK-Fruchtcocktail

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),27=koffeinhaltig,34=Weizen,35=Roggen,36=Gerste,38=Dinkel

## Mittagessen

Nährwerte

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
<b>Montag</b> 03.06.19	Kilokalorien 675,19 kcal	Kilokalorien 614,18 kcal	Kilokalorien 573,88 kcal
	Fett 26,23 g	Fett 21,28 g	Fett 23,31 g
	Kohlenhydrate 81,27 g	Kohlenhydrate 67,63 g	Kohlenhydrate 74,97 g
	Eiweiss 26,96 g	Eiweiss 36,27 g	Eiweiss 9,85 g
	Ges. Fettsäuren 10 g	Ges. Fettsäuren 9 g	Ges. Fettsäuren 12 g
	Saccherose 21 g	Saccherose 25 g	Saccherose 22 g
	(Rübenzuc Natrium 1.635,57 mg)	(Rübenzuc Natrium 3.482,29 mg)	(Rübenzuc Natrium 2.539,33 mg)
<b>Dienstag</b> 04.06.19	Kilokalorien 720,18 kcal	Kilokalorien 881,26 kcal	Kilokalorien 693,21 kcal
	Fett 24,62 g	Fett 38,65 g	Fett 19,66 g
	Kohlenhydrate 80,23 g	Kohlenhydrate 93,81 g	Kohlenhydrate 108,99 g
	Eiweiss 40,41 g	Eiweiss 35,92 g	Eiweiss 17,75 g
	Ges. Fettsäuren 15 g	Ges. Fettsäuren 13 g	Ges. Fettsäuren 10 g
	Saccherose 25 g	Saccherose 27 g	Saccherose 34 g
	(Rübenzuc Natrium 2.857,50 mg)	(Rübenzuc Natrium 2.932,67 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.868,93 mg)
<b>Mittwoch</b> 05.06.19	Kilokalorien 703,93 kcal	Kilokalorien 848,85 kcal	Kilokalorien 515,23 kcal
	Fett 23,43 g	Fett 38,30 g	Fett 22,71 g
	Kohlenhydrate 79,36 g	Kohlenhydrate 89,69 g	Kohlenhydrate 49,91 g
	Eiweiss 41,43 g	Eiweiss 32,18 g	Eiweiss 24,19 g
	Ges. Fettsäuren 9 g	Ges. Fettsäuren 21 g	Ges. Fettsäuren 6 g
	Saccherose 25 g	Saccherose 44 g	Saccherose 26 g
	(Rübenzuc Natrium 2.659,89 mg)	(Rübenzuc Natrium 3.542,27 mg)	(Rübenzuc Natrium 3.442,83 mg)
<b>Donnerstag</b> 06.06.19	Kilokalorien 631,53 kcal	Kilokalorien 696,27 kcal	Kilokalorien 427,22 kcal
	Fett 16,90 g	Fett 22,98 g	Fett 6,34 g
	Kohlenhydrate 77,31 g	Kohlenhydrate 78,78 g	Kohlenhydrate 72,39 g
	Eiweiss 38,85 g	Eiweiss 32,39 g	Eiweiss 18,15 g
	Ges. Fettsäuren 8 g	Ges. Fettsäuren 4 g	Ges. Fettsäuren 4 g
	Saccherose 29 g	Saccherose 28 g	Saccherose 37 g
	(Rübenzuc Natrium 2.445,91 mg)	(Rübenzuc Natrium 2.511,69 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.420,76 mg)
<b>Freitag</b> 07.06.19	Kilokalorien 822,09 kcal	Kilokalorien 955,86 kcal	Kilokalorien 1.023,82 kcal
	Fett 21,02 g	Fett 42,57 g	Fett 38,05 g
	Kohlenhydrate 116,88 g	Kohlenhydrate 97,86 g	Kohlenhydrate 145,96 g
	Eiweiss 37,30 g	Eiweiss 41,51 g	Eiweiss 19,47 g
	Ges. Fettsäuren 8 g	Ges. Fettsäuren 17 g	Ges. Fettsäuren 13 g
	Saccherose 41 g	Saccherose 45 g	Saccherose 43 g
	(Rübenzuc Natrium 3.615,56 mg)	(Rübenzuc Natrium 4.212,53 mg)	(Rübenzuc Natrium 2.987,41 mg)
<b>Samstag</b> 08.06.19	Kilokalorien 800,16 kcal	Kilokalorien 800,16 kcal	Kilokalorien 769,24 kcal
	Fett 29,39 g	Fett 29,39 g	Fett 36,59 g
	Kohlenhydrate 87,35 g	Kohlenhydrate 87,35 g	Kohlenhydrate 76,28 g
	Eiweiss 45,33 g	Eiweiss 45,33 g	Eiweiss 30,24 g
	Ges. Fettsäuren 10 g	Ges. Fettsäuren 10 g	Ges. Fettsäuren 19 g
	Saccherose 23 g	Saccherose 23 g	Saccherose 22 g
	(Rübenzuc Natrium 2.753,99 mg)	(Rübenzuc Natrium 2.753,99 mg)	(Rübenzuc Natrium 2.744,35 mg)
<b>Sonntag</b> 09.06.19	Kilokalorien 911,75 kcal	Kilokalorien 911,75 kcal	Kilokalorien 787,31 kcal
	Fett 39,04 g	Fett 39,04 g	Fett 29,87 g
	Kohlenhydrate 99,23 g	Kohlenhydrate 99,23 g	Kohlenhydrate 110,09 g
	Eiweiss 38,25 g	Eiweiss 38,25 g	Eiweiss 16,89 g
	Ges. Fettsäuren 15 g	Ges. Fettsäuren 15 g	Ges. Fettsäuren 12 g
	Saccherose 24 g	Saccherose 24 g	Saccherose 23 g
	(Rübenzuc Natrium 3.628,08 mg)	(Rübenzuc Natrium 3.628,08 mg)	(Rübenzuc Natrium 3.237,45 mg)