

Speisekarte

Datum/Uhrzeit

27.11.2020 / 09:22

ATK mittag

Seite 1

Mittagessen

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
Montag 18.01.21	Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Rindfleisch Eintopf mit Gemüse (5,6) Nudeln (14,34) ATK-Pfirsichkompott	Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Schweinegulasch mit Paprika (14,34) Nudeln (14,34) Broccoligemüse ATK-Pfirsichkompott	Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Hirsebällchen mit Gartengemüse (6,8,9,12,14,34,36) ATK-Pfirsichkompott
Dienstag 19.01.21	Gemüsebrühe mit Nudeln (5,6,14,34) Seelachs-Gemüse-Ragout (6,8,11,14,34) Vollkornreis Joghurtdessert (8,12,14,27,34)	Gemüsebrühe mit Nudeln (5,6,14,34) Ofenfrischer Fleischkäse v. Schwein+Rind (2,5,15,20) Zwiebelsoße (14,34) Schwenkkartoffeln Karottengemüse Joghurtdessert (8,12,14,27,34)	Gemüsebrühe mit Nudeln (5,6,14,34) Pfannkuchen mit Apfelfüllung (8,12,14,34) Vanillesoße (8) Joghurtdessert (8,12,14,27,34)
Mittwoch 20.01.21	Kürbiscremesuppe (5,6,8,14,34) Hähnchenbrust Thymiansoße (14,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Zucchini gemüse ATK-Birnenkompott	Kürbiscremesuppe (5,6,8,14,34) VOLLKORN-SPAGHETTI (14,34) Bolognesesoße v. Rinderhack (6,14,34) ATK-Birnenkompott	Kürbiscremesuppe (5,6,8,14,34) Falafel Mediterran (1,8,14,34) Ratatouillegemüse in Paprikasoße (8,14,15,34) ATK-Birnenkompott
Donnerstag 21.01.21	Gemüsebrühe mit Tomate-Kräuterklößchen (6,12,14,34) Kalbshacksteak (5,8,12,14,36) Bratensoße (14,34) Gemüse-Couscous (14,34) Fruchtjoghurt (1,8)	Gemüsebrühe mit Tomate-Kräuterklößchen (6,12,14,34) Fränkischer Sauerbraten v. Rind (1,6) Sauerbratensoße (1,5,6,14,34) Kartoffelklöße Blaukraut (15,21) Fruchtjoghurt (1,8)	Gemüsebrühe mit Tomate-Kräuterklößchen (6,12,14,34) Blumenkohl-Käse-Bratling (6,8,12,14,34) ATK-Bechamelsoße (8,14,34) Gemüse-Couscous (14,34) Fruchtjoghurt (1,8)
Freitag 22.01.21	Gemüsebrühe mit Eierstichbällchen (5,6,8,12) Seelachsfilet, gedünstet (11) Kapernsoße (8,14,15,34) Kartoffeln Spinat (8,14,34) ATK-Fruchtcocktail	Gemüsebrühe mit Eierstichbällchen (5,6,8,12) Eieromelette (8,12) Kartoffeln Spinat (8,14,34) ATK-Fruchtcocktail	Gemüsebrühe mit Eierstichbällchen (5,6,8,12) Tortellini Tricolore mit Käsefüllung (8,12,14,34) ATK-Bechamelsoße (8,14,34) ATK-Fruchtcocktail
Samstag 23.01.21	Klare Gemüsesuppe (5,6) Hähnchenbrust in Käse-Ei-Hülle (1,8,12,14,34) Tomatensoße (14,34) Vollkornnudeln (14,34) Buntes Gemüse Dessert-Pudding (1,8)	Klare Gemüsesuppe (5,6) Hähnchenbrust in Käse-Ei-Hülle (1,8,12,14,34) Tomatensoße (14,34) Vollkornnudeln (14,34) Buntes Gemüse Dessert-Pudding (1,8)	Klare Gemüsesuppe (5,6) Vegetarische Lasagne Tomate-Spinat (6,8,12,14,34) Tomatensoße (14,34) Dessert-Pudding (1,8)
Sonntag 24.01.21	Gebrannte Grießsuppe (5,6,14,34) Kalbsrahmgeschnetzeltes (8,14,15,34) Reis Mischgemüse ATK-Pfirsichkompott	Gebrannte Grießsuppe (5,6,14,34) Kalbsrahmgeschnetzeltes (8,14,15,34) Reis Mischgemüse ATK-Pfirsichkompott	Gebrannte Grießsuppe (5,6,14,34) Käsespätzle mit Zwiebelsoße (8,12,14,15,34) Mischgemüse ATK-Pfirsichkompott

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,36=Gerste

Speisekarte

Datum/Uhrzeit

27.11.2020 / 09:22

ATK mittag

Seite 2

Mittagessen

Nährwerte

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
Montag 18.01.21	Kilokalorien 581,71 kcal Fett 16,57 g Ges. Fettsäuren 7 g Kohlenhydrate 64,42 g Zucker 24 g Eiweiss 41,13 g Natrium 2.076,07 mg	Kilokalorien 821,76 kcal Fett 39,12 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 69,08 g Zucker 24 g Eiweiss 46,41 g Natrium 2.483,17 mg	Kilokalorien 626,84 kcal Fett 31,42 g Ges. Fettsäuren 16 g Kohlenhydrate 61,15 g Zucker 24 g Eiweiss 19,36 g Natrium 2.384,55 mg
Dienstag 19.01.21	Kilokalorien 700,04 kcal Fett 25,23 g Ges. Fettsäuren 11 g Kohlenhydrate 84,24 g Zucker 26 g Eiweiss 32,72 g Natrium 2.319,54 mg	Kilokalorien 860,12 kcal Fett 45,23 g Ges. Fettsäuren 19 g Kohlenhydrate 85,55 g Zucker 30 g Eiweiss 23,96 g Natrium 3.293,28 mg	Kilokalorien 755,84 kcal Fett 20,49 g Ges. Fettsäuren 11 g Kohlenhydrate 115,31 g Zucker 62 g Eiweiss 23,83 g Natrium 1.874,35 mg
Mittwoch 20.01.21	Kilokalorien 755,18 kcal Fett 25,30 g Ges. Fettsäuren 11 g Kohlenhydrate 88,49 g Zucker 38 g Eiweiss 39,46 g Natrium 3.343,59 mg	Kilokalorien 955,40 kcal Fett 34,94 g Ges. Fettsäuren 13 g Kohlenhydrate 113,49 g Zucker 39 g Eiweiss 40,60 g Natrium 1.932,94 mg	Kilokalorien 807,55 kcal Fett 36,56 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 91,12 g Zucker 39 g Eiweiss 23,92 g Natrium 3.135,19 mg
Donnerstag 21.01.21	Kilokalorien 732,28 kcal Fett 28,31 g Ges. Fettsäuren 13 g Kohlenhydrate 80,81 g Zucker 25 g Eiweiss 36,34 g Natrium 2.607,07 mg	Kilokalorien 771,94 kcal Fett 19,61 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 96,59 g Zucker 34 g Eiweiss 45,27 g Natrium 3.720,91 mg	Kilokalorien 783,84 kcal Fett 32,61 g Ges. Fettsäuren 13 g Kohlenhydrate 95,97 g Zucker 23 g Eiweiss 22,93 g Natrium 1.386,13 mg
Freitag 22.01.21	Kilokalorien 612,34 kcal Fett 17,09 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 70,42 g Zucker 20 g Eiweiss 39,07 g Natrium 3.376,67 mg	Kilokalorien 552,87 kcal Fett 17,55 g Ges. Fettsäuren 7 g Kohlenhydrate 68,07 g Zucker 20 g Eiweiss 25,03 g Natrium 2.589,79 mg	Kilokalorien 743,74 kcal Fett 23,53 g Ges. Fettsäuren 11 g Kohlenhydrate 106,68 g Zucker 22 g Eiweiss 25,00 g Natrium 3.171,04 mg
Samstag 23.01.21	Kilokalorien 844,83 kcal Fett 29,97 g Ges. Fettsäuren 8 g Kohlenhydrate 95,61 g Zucker 32 g Eiweiss 45,84 g Natrium 2.064,75 mg	Kilokalorien 844,83 kcal Fett 29,97 g Ges. Fettsäuren 8 g Kohlenhydrate 95,61 g Zucker 32 g Eiweiss 45,84 g Natrium 2.064,75 mg	Kilokalorien 669,10 kcal Fett 30,98 g Ges. Fettsäuren 12 g Kohlenhydrate 73,37 g Zucker 33 g Eiweiss 20,58 g Natrium 2.331,15 mg
Sonntag 24.01.21	Kilokalorien 806,87 kcal Fett 25,80 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 87,85 g Zucker 21 g Eiweiss 53,78 g Natrium 3.091,50 mg	Kilokalorien 806,87 kcal Fett 25,80 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 87,85 g Zucker 21 g Eiweiss 53,78 g Natrium 3.091,50 mg	Kilokalorien 948,42 kcal Fett 36,30 g Ges. Fettsäuren 18 g Kohlenhydrate 116,46 g Zucker 23 g Eiweiss 35,42 g Natrium 4.598,27 mg