

Speisekarte

Datum/Uhrzeit

07.10.2019 / 11:17

ATK mittag

Seite 1

Mittagessen

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
Montag 21.10.19	Backerbsensuppe (5,6,8,12,14,34) ATK-Putencurry (8,9,14,34) Vollkorn-Gemüserais ATK-Mandarinenkompott	Backerbsensuppe (5,6,8,12,14,34) Kohlroulade vom Schwein (5,12,14,34) Bratensoße (6,14,34) Kartoffeln (15) ATK-Mandarinenkompott	Backerbsensuppe (5,6,8,12,14,34) Zucchini mit Bulgur-Gemüse-Füllung (8,14,15,34) Paprikasoße vegetarisch (8,14,15,34) Vollkorn-Gemüserais ATK-Mandarinenkompott
Dienstag 22.10.19	Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Seelachsfilet, gedünstet (11) Tomatensoße (14,34) Kartoffeln (15) Karotten-Kürbis-Gemüse Joghurtdessert (8,12,14,27,34)	Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Kasseler vom Schwein (2,15) Bratensoße (6,14,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Sauerkraut Joghurtdessert (8,12,14,27,34)	Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) MACCARONI (14,34) Tomatensoße (14,34) Joghurtdessert (8,12,14,27,34)
Mittwoch 23.10.19	Grießklößchensuppe (5,6,8,12,14,34) Schweinegeschnetzeltes (6,14,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Zucchini-Tomaten-Gemüse ATK-Fruchtcocktail	Grießklößchensuppe (5,6,8,12,14,34) Puten-Hackbraten (5,6,8,12,14,16,34) Paprikasoße (6,8,15) Reis Zucchini-Tomaten-Gemüse ATK-Fruchtcocktail	Grießklößchensuppe (5,6,8,12,14,34) Vollkornnudel-Gemüse-Auflauf (6,8,12,14,34) Spinatsoße (8,14,34) ATK-Fruchtcocktail
Donnerstag 24.10.19	Tomatensuppe (5,6,14,34) Geflügel-Frikadellen (5,12,14,34) Bratensoße (6,14,34) Vollkornnudeln (14,34) Broccoligemüse Fruchtjoghurt (8)	Tomatensuppe (5,6,14,34) Seelachs Müllerin, gebacken (8,11,14,34) Butterkartoffeln (8,15) Karottengemüse Fruchtjoghurt (8)	Tomatensuppe (5,6,14,34) Süßkartoffel-Gnocchi (14,34) Gemüseragout in Basilikumsoße (8,14,34) Fruchtjoghurt (8)
Freitag 25.10.19	Gemüsebrühe mit Nudeln (5,6,14,34) Seelachsfilet, gedünstet (11) Gemüsesoße zu Fisch (6,8,11,14,34) Kartoffeln (15) Spinat (8,14,34) ATK-Pfirsichkompott	Gemüsebrühe mit Nudeln (5,6,14,34) Hähnchenpfanne mit Gnocchi und Gemüse (8,14,34) ATK-Pfirsichkompott	Gemüsebrühe mit Nudeln (5,6,14,34) Semmelquarkauflauf (8,9,12,14,15,34,36) ATK-Pfirsichkompott
Samstag 26.10.19	Zucchinicremesuppe (5,6,8,14,34) Hähnchenbrust Bratensoße (6,14,34) Reis Karottengemüse Dessert-Pudding (1,8)	Zucchinicremesuppe (5,6,8,14,34) Hähnchenbrust Bratensoße (6,14,34) Reis Karottengemüse Dessert-Pudding (1,8)	Zucchinicremesuppe (5,6,8,14,34) Getreide-Käse-Schnitte (6,8,12,14,38) ATK-Bechamelsoße (8,14,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Karottengemüse Dessert-Pudding (1,8)
Sonntag 27.10.19	Brühe mit Tomatenklößchen (6,12,14,34) Schweinebraten Bratensoße (6,14,34) Semmelknödel (8,12,14,34) Mischgemüse ATK-Ananaskompott	Brühe mit Tomatenklößchen (6,12,14,34) Schweinebraten Bratensoße (6,14,34) Semmelknödel (8,12,14,34) Mischgemüse ATK-Ananaskompott	Brühe mit Tomatenklößchen (6,12,14,34) 3 Vegetarische Maultaschen (8,12,14,34) Bechamelsoße (8,14,34) Mischgemüse ATK-Ananaskompott

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,16=mit Geschmacksverstärker,17=geschwefelt,27=koffeinhaltig,34=Weizen,36=Gerste,38=Dinkel

Mittagessen

Nährwerte

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
Montag 21.10.19	Kilokalorien 653,85 kcal Fett 22,41 g Kohlenhydrate 79,64 g Eiweiss 31,14 g Ges. Fettsäuren 6 g Saccherose 27 g (Rübenzuc Natrium 2.074,53 mg	Kilokalorien 776,89 kcal Fett 33,97 g Kohlenhydrate 87,51 g Eiweiss 19,36 g Ges. Fettsäuren 14 g Saccherose 30 g (Rübenzuc Natrium 3.142,48 mg	Kilokalorien 680,65 kcal Fett 24,07 g Kohlenhydrate 95,81 g Eiweiss 18,10 g Ges. Fettsäuren 9 g Saccherose 28 g (Rübenzuc Natrium 2.079,52 mg
Dienstag 22.10.19	Kilokalorien 730,04 kcal Fett 24,97 g Kohlenhydrate 82,74 g Eiweiss 39,22 g Ges. Fettsäuren 13 g Saccherose 33 g (Rübenzuc Natrium 2.319,42 mg	Kilokalorien 777,29 kcal Fett 36,08 g Kohlenhydrate 74,06 g Eiweiss 34,80 g Ges. Fettsäuren 17 g Saccherose 34 g (Rübenzuc Natrium 4.250,47 mg	Kilokalorien 567,32 kcal Fett 24,52 g Kohlenhydrate 71,32 g Eiweiss 13,54 g Ges. Fettsäuren 13 g Saccherose 32 g (Rübenzuc Natrium 1.222,27 mg
Mittwoch 23.10.19	Kilokalorien 653,22 kcal Fett 29,55 g Kohlenhydrate 59,59 g Eiweiss 35,12 g Ges. Fettsäuren 11 g Saccherose 19 g (Rübenzuc Natrium 2.702,23 mg	Kilokalorien 659,06 kcal Fett 24,18 g Kohlenhydrate 87,09 g Eiweiss 20,78 g Ges. Fettsäuren 8 g Saccherose 20 g (Rübenzuc Natrium 2.660,17 mg	Kilokalorien 737,57 kcal Fett 31,39 g Kohlenhydrate 76,05 g Eiweiss 35,22 g Ges. Fettsäuren 15 g Saccherose 21 g (Rübenzuc Natrium 2.683,78 mg
Donnerstag 24.10.19	Kilokalorien 778,87 kcal Fett 29,55 g Kohlenhydrate 87,75 g Eiweiss 38,29 g Ges. Fettsäuren 6 g Saccherose 33 g (Rübenzuc Natrium 2.883,77 mg	Kilokalorien 664,02 kcal Fett 21,03 g Kohlenhydrate 81,09 g Eiweiss 32,87 g Ges. Fettsäuren 7 g Saccherose 31 g (Rübenzuc Natrium 2.157,26 mg	Kilokalorien 768,60 kcal Fett 13,87 g Kohlenhydrate 140,83 g Eiweiss 18,75 g Ges. Fettsäuren 5 g Saccherose 40 g (Rübenzuc Natrium 2.386,02 mg
Freitag 25.10.19	Kilokalorien 580,26 kcal Fett 12,02 g Kohlenhydrate 75,77 g Eiweiss 37,52 g Ges. Fettsäuren 6 g Saccherose 21 g (Rübenzuc Natrium 2.954,39 mg	Kilokalorien 619,25 kcal Fett 18,13 g Kohlenhydrate 88,81 g Eiweiss 24,65 g Ges. Fettsäuren 4 g Saccherose 22 g (Rübenzuc Natrium 2.463,95 mg	Kilokalorien 726,55 kcal Fett 14,97 g Kohlenhydrate 108,44 g Eiweiss 37,62 g Ges. Fettsäuren 5 g Saccherose 52 g (Rübenzuc Natrium 1.781,98 mg
Samstag 26.10.19	Kilokalorien 751,61 kcal Fett 24,87 g Kohlenhydrate 91,44 g Eiweiss 39,05 g Ges. Fettsäuren 11 g Saccherose 27 g (Rübenzuc Natrium 3.558,14 mg	Kilokalorien 751,61 kcal Fett 24,87 g Kohlenhydrate 91,44 g Eiweiss 39,05 g Ges. Fettsäuren 11 g Saccherose 27 g (Rübenzuc Natrium 3.558,14 mg	Kilokalorien 929,78 kcal Fett 49,30 g Kohlenhydrate 88,05 g Eiweiss 32,08 g Ges. Fettsäuren 25 g Saccherose 25 g (Rübenzuc Natrium 3.245,59 mg
Sonntag 27.10.19	Kilokalorien 908,74 kcal Fett 40,52 g Kohlenhydrate 81,73 g Eiweiss 51,50 g Ges. Fettsäuren 16 g Saccherose 29 g (Rübenzuc Natrium 2.843,86 mg	Kilokalorien 908,74 kcal Fett 40,52 g Kohlenhydrate 81,73 g Eiweiss 51,50 g Ges. Fettsäuren 16 g Saccherose 29 g (Rübenzuc Natrium 2.843,86 mg	Kilokalorien 587,08 kcal Fett 19,38 g Kohlenhydrate 80,40 g Eiweiss 21,28 g Ges. Fettsäuren 8 g Saccherose 23 g (Rübenzuc Natrium 2.710,91 mg