

Speisekarte

Datum/Uhrzeit

03.11.2021 / 10:28

ATK mittag

Seite 1

Mittagessen

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
Montag 22.11.21	Broccolicremesuppe (5,6,8,14,34) Schweineroulade (6,8,20) Bratensoße (14,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Kohlrabigemüse ATK-Birnenkompott	Broccolicremesuppe (5,6,8,14,34) Rindergulasch (14,34) Semmelknödel (8,12,14,34) Kohlrabigemüse ATK-Birnenkompott	Broccolicremesuppe (5,6,8,14,34) ATK-Rahm-Champignons (5,6,8,14,34) Semmelknödel (8,12,14,34) ATK-Birnenkompott
Dienstag 23.11.21	Gemüsebrühe mit Eierflocken (5,6,12) Seelachsfilet, gedünstet (11) Bechamelsoße (8,14,34) Kartoffeln Karottengemüse Buttermilch-Dessert (8)	Gemüsebrühe mit Eierflocken (5,6,12) Schweinebraten Paprika-Schinken-Champ.-Soße (2,14,15,20,34) Spätzle (12,14,34) Karottengemüse Buttermilch-Dessert (8)	Gemüsebrühe mit Eierflocken (5,6,12) Gemüsebrätling (6,8,9,12,14,34,36) Käsesoße (8,14,34) Kartoffeln Karottengemüse Buttermilch-Dessert (8)
Mittwoch 24.11.21	Selleriesuppe (5,6,8,14,34) Gemüseintopf mit Hühnerfl+VKNude (5,6,14,34) ATK-Fruchtcocktail (1)	Selleriesuppe (5,6,8,14,34) Pfannen-Gyros von der Pute Vollkornreis Broccoligemüse ATK-Fruchtcocktail (1)	Selleriesuppe (5,6,8,14,34) Paprikaschote, vegetarisch gefüllt (8,14,15,34) Tomatensoße (14,34) Vollkornnudeln (14,34) ATK-Fruchtcocktail (1)
Donnerstag 25.11.21	Gemüsebrühe mit Perlgrauen (5,6,14,36) Hähnchenbrust Bratensoße (14,34) Vollkorn-Gemüserais Karotten-Kürbis-Gemüse Fruchtjoghurt (1,8)	Gemüsebrühe mit Perlgrauen (5,6,14,36) Weißer Bohneneintopf/Schweinebug+Kartoff (1,2,5,6,14,15,20,31,34) Fruchtjoghurt (1,8)	Gemüsebrühe mit Perlgrauen (5,6,14,36) Tortellini Tricolore mit Käsefüllung (8,12,14,34) Käsesoße (8,14,34) Fruchtjoghurt (1,8)
Freitag 26.11.21	Tomatensuppe (5,6,14,34) Reisauflauf (8,12) Vanillesoße (8) ATK-Pfirsichkompott	Tomatensuppe (5,6,14,34) Seelachsfilet, gedünstet (11) Bechamelsoße (8,14,34) Kartoffeln Broccoligemüse ATK-Pfirsichkompott	Tomatensuppe (5,6,14,34) SPAGHETTI (14,34) ATK-Basilikumsoße (8,14,34) ATK-Pfirsichkompott
Samstag 27.11.21	Klare Gemüsesuppe (5,6) Gebratene Putenkeule Bratensoße (14,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Leipziger Allerlei Dessert-Pudding (1,8)	Klare Gemüsesuppe (5,6) Gebratene Putenkeule Bratensoße (14,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Leipziger Allerlei Dessert-Pudding (1,8)	Klare Gemüsesuppe (5,6) Maultaschen mit hellem Gemüseragout (8,12,14,34) Dessert-Pudding (1,8)
Sonntag 28.11.21	Karottensuppe (5,6,8,14,34) Rinderbraten Bratensoße (14,34) Spinatknödel (8,12,14,34) Wachsbohngemüse (8) ATK-Fruchtcocktail (1)	Karottensuppe (5,6,8,14,34) Rinderbraten Bratensoße (14,34) Spinatknödel (8,12,14,34) Wachsbohngemüse (8) ATK-Fruchtcocktail (1)	Karottensuppe (5,6,8,14,34) Gemüsestrudel (6,8,14,34) Paprikasoße vegetarisch (8,14,15,34) Wachsbohngemüse (8) ATK-Fruchtcocktail (1)

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,31=mit Jodsalz,34=Weizen,36=Gerste

Mittagessen

Nährwerte

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
Montag 22.11.21	Kilokalorien 841,98 kcal Fett 41,72 g Ges. Fettsäuren 16 g Kohlenhydrate 69,79 g Zucker 27 g Eiweiss 41,69 g Natrium 4.333,96 mg	Kilokalorien 894,48 kcal Fett 37,85 g Ges. Fettsäuren 16 g Kohlenhydrate 88,83 g Zucker 28 g Eiweiss 46,44 g Natrium 2.926,45 mg	Kilokalorien 815,78 kcal Fett 37,36 g Ges. Fettsäuren 18 g Kohlenhydrate 87,53 g Zucker 26 g Eiweiss 29,61 g Natrium 3.127,18 mg
Dienstag 23.11.21	Kilokalorien 598,58 kcal Fett 20,22 g Ges. Fettsäuren 10 g Kohlenhydrate 62,69 g Zucker 16 g Eiweiss 37,65 g Natrium 2.654,86 mg	Kilokalorien 850,89 kcal Fett 33,29 g Ges. Fettsäuren 12 g Kohlenhydrate 81,29 g Zucker 18 g Eiweiss 53,77 g Natrium 2.826,05 mg	Kilokalorien 1.014,97 kcal Fett 55,65 g Ges. Fettsäuren 30 g Kohlenhydrate 89,35 g Zucker 24 g Eiweiss 34,12 g Natrium 2.950,76 mg
Mittwoch 24.11.21	Kilokalorien 536,46 kcal Fett 17,71 g Ges. Fettsäuren 7 g Kohlenhydrate 60,88 g Zucker 24 g Eiweiss 29,51 g Natrium 2.359,85 mg	Kilokalorien 751,50 kcal Fett 27,26 g Ges. Fettsäuren 8 g Kohlenhydrate 80,08 g Zucker 22 g Eiweiss 42,83 g Natrium 2.557,60 mg	Kilokalorien 675,69 kcal Fett 19,49 g Ges. Fettsäuren 8 g Kohlenhydrate 98,43 g Zucker 36 g Eiweiss 20,73 g Natrium 1.809,22 mg
Donnerstag 25.11.21	Kilokalorien 692,80 kcal Fett 21,89 g Ges. Fettsäuren 6 g Kohlenhydrate 84,75 g Zucker 26 g Eiweiss 38,05 g Natrium 4.154,91 mg	Kilokalorien 613,35 kcal Fett 11,52 g Ges. Fettsäuren 5 g Kohlenhydrate 85,66 g Zucker 23 g Eiweiss 33,20 g Natrium 3.245,19 mg	Kilokalorien 772,26 kcal Fett 22,32 g Ges. Fettsäuren 11 g Kohlenhydrate 114,22 g Zucker 23 g Eiweiss 27,94 g Natrium 2.965,30 mg
Freitag 26.11.21	Kilokalorien 726,69 kcal Fett 14,17 g Ges. Fettsäuren 6 g Kohlenhydrate 115,76 g Zucker 70 g Eiweiss 29,78 g Natrium 864,23 mg	Kilokalorien 678,34 kcal Fett 17,75 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 84,65 g Zucker 36 g Eiweiss 39,16 g Natrium 2.281,71 mg	Kilokalorien 659,54 kcal Fett 14,75 g Ges. Fettsäuren 6 g Kohlenhydrate 112,26 g Zucker 38 g Eiweiss 15,32 g Natrium 942,77 mg
Samstag 27.11.21	Kilokalorien 591,15 kcal Fett 23,00 g Ges. Fettsäuren 10 g Kohlenhydrate 62,83 g Zucker 27 g Eiweiss 31,65 g Natrium 4.226,69 mg	Kilokalorien 591,15 kcal Fett 23,00 g Ges. Fettsäuren 10 g Kohlenhydrate 62,83 g Zucker 27 g Eiweiss 31,65 g Natrium 4.226,69 mg	Kilokalorien 730,78 kcal Fett 22,18 g Ges. Fettsäuren 10 g Kohlenhydrate 101,20 g Zucker 28 g Eiweiss 31,11 g Natrium 3.192,98 mg
Sonntag 28.11.21	Kilokalorien 826,12 kcal Fett 32,25 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 83,41 g Zucker 27 g Eiweiss 47,51 g Natrium 3.763,39 mg	Kilokalorien 826,12 kcal Fett 32,25 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 83,41 g Zucker 27 g Eiweiss 47,51 g Natrium 3.763,39 mg	Kilokalorien 624,71 kcal Fett 28,65 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 70,97 g Zucker 23 g Eiweiss 15,95 g Natrium 2.697,20 mg