

Speisekarte

Datum/Uhrzeit

26.10.2020 / 10:12

ATK mittag

Seite 1

Mittagessen

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
Montag 30.11.20	Zucchinicremesuppe (5,6,8,14,34) Hühnerfrikassee mit Karott-Erbsen-Gemüse (8,14,15,34) Vollkornreis ATK-Pfirsichkompott	Zucchinicremesuppe (5,6,8,14,34) ATK-Hähnchenbrust Braune Soße veg. Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Karottengemüse ATK-Pfirsichkompott	Zucchinicremesuppe (5,6,8,14,34) Kartoffelrösti 3St Gemüseragout mit Bechamel (8,14,34) ATK-Pfirsichkompott
Dienstag 01.12.20	Gemüsebrühe mit Reis (5,6) Seelachsfilet, gedünstet (11) Kapernsoße (8,14,15,34) Kartoffeln Spinat (8,14,34) Joghurtdessert (8,12,14,27,34)	Gemüsebrühe mit Reis (5,6) Cordon Bleu vom Schwein (2,8,14,15,34) Schwenkkartoffeln ATK-Butterbohnen (8) Zitronensaft-Briefchen 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)
Mittwoch 02.12.20	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) ATK-Mandarinenkompott
Donnerstag 03.12.20	Brühe mit Käse-Tortellini (2,5,6,8,12,14,34) Schwedisches Dillfleisch vom Rind Rindfleischsoße (8,14,34) Kartoffeln ATK-Rote Beete Salat Fruchtjoghurt (1,8)	Brühe mit Käse-Tortellini (2,5,6,8,12,14,34) Atlantischer Butt, paniert und gebacken (5,8,11,14,34) Kartoffeln Spinat (8,14,34) Fruchtjoghurt (1,8)	Brühe mit Käse-Tortellini (2,5,6,8,12,14,34) ATK-Grießbrei (8,14,34) ATK-Apfelmus (15) Fruchtjoghurt (1,8)
Freitag 04.12.20	Kürbiscremesuppe (5,6,8,14,34) Seelachsfilet, gedünstet (11) Gemüsesoße zu Fisch (6,8,11,14,34) Reis Pastinaken-Gemüse ATK-Birnenkompott	Kürbiscremesuppe (5,6,8,14,34) Rinderroulade mit Schweinebauch (2,5,8,15) Rouladensoße (2,5,14,15,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Karotten-Erbsen-Gemüse ATK-Birnenkompott	Kürbiscremesuppe (5,6,8,14,34) SPAGHETTI (14,34) Tomatensoße (14,34) ATK-Birnenkompott
Samstag 05.12.20	Brühe mit Tomatenklößchen (6,12,14,34) Hähnchenroulade mit Truthahnbrät-Füllung (14,34,35,36) Thymiansoße (14,34) Vollkornreis Karottengemüse Dessert-Pudding (1,8)	Brühe mit Tomatenklößchen (6,12,14,34) Hähnchenroulade mit Truthahnbrät-Füllung (14,34,35,36) Thymiansoße (14,34) Vollkornreis Karottengemüse Dessert-Pudding (1,8)	Brühe mit Tomatenklößchen (6,12,14,34) Kartoffel-Lauch-Auflauf (8,12) Paprikasoße vegetarisch (8,14,15,34) Karottengemüse Dessert-Pudding (1,8)
Sonntag 06.12.20	Champignoncremesuppe (5,6,8,14,34) Schweinebraten Estragon-Senf-Soße (5,14,34) Frische Spätzle (12,14,34) Zucchini-gemüse ATK-Fruchtcocktail	Champignoncremesuppe (5,6,8,14,34) Schweinebraten Estragon-Senf-Soße (5,14,34) Frische Spätzle (12,14,34) Zucchini-gemüse ATK-Fruchtcocktail	Champignoncremesuppe (5,6,8,14,34) Grünkern-Vollkornreis-Pfanne mit Gemüse (6,14,38) Käsesoße (8,14,34) Zucchini-gemüse 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,27=koffeinhaltig,34=Weizen,35=Roggen,36=Gerste,38=Dinkel

Speisekarte

Datum/Uhrzeit

26.10.2020 / 10:12

ATK mittag

Seite 2

Mittagessen

Nährwerte

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
Montag 30.11.20	Kilokalorien 753,09 kcal Fett 32,38 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 85,36 g Zucker 21 g Eiweiss 28,27 g Natrium 1.765,39 mg	Kilokalorien 566,75 kcal Fett 16,91 g Ges. Fettsäuren 7 g Kohlenhydrate 67,15 g Zucker 26 g Eiweiss 34,64 g Natrium 3.062,39 mg	Kilokalorien 638,16 kcal Fett 27,96 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 80,83 g Zucker 23 g Eiweiss 11,75 g Natrium 2.687,70 mg
Dienstag 01.12.20	Kilokalorien 725,06 kcal Fett 24,67 g Ges. Fettsäuren 15 g Kohlenhydrate 80,50 g Zucker 25 g Eiweiss 40,94 g Natrium 3.366,10 mg	Kilokalorien 795,49 kcal Fett 31,50 g Ges. Fettsäuren 12 g Kohlenhydrate 91,18 g Zucker 27 g Eiweiss 32,91 g Natrium 2.828,50 mg	Kilokalorien 693,67 kcal Fett 19,66 g Ges. Fettsäuren 10 g Kohlenhydrate 109,05 g Zucker 34 g Eiweiss 17,75 g Natrium 1.868,93 mg
Mittwoch 02.12.20	Kilokalorien 715,38 kcal Fett 23,51 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 80,49 g Zucker 25 g Eiweiss 42,73 g Natrium 2.666,54 mg	Kilokalorien 843,69 kcal Fett 38,40 g Ges. Fettsäuren 21 g Kohlenhydrate 87,34 g Zucker 41 g Eiweiss 32,96 g Natrium 2.842,52 mg	Kilokalorien 516,11 kcal Fett 22,71 g Ges. Fettsäuren 6 g Kohlenhydrate 50,03 g Zucker 26 g Eiweiss 24,20 g Natrium 3.442,83 mg
Donnerstag 03.12.20	Kilokalorien 677,18 kcal Fett 17,86 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 84,18 g Zucker 33 g Eiweiss 39,07 g Natrium 2.332,91 mg	Kilokalorien 660,80 kcal Fett 19,29 g Ges. Fettsäuren 5 g Kohlenhydrate 77,87 g Zucker 25 g Eiweiss 32,36 g Natrium 2.598,74 mg	Kilokalorien 437,22 kcal Fett 7,59 g Ges. Fettsäuren 4 g Kohlenhydrate 72,14 g Zucker 34 g Eiweiss 17,65 g Natrium 1.495,76 mg
Freitag 04.12.20	Kilokalorien 815,19 kcal Fett 22,17 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 110,42 g Zucker 38 g Eiweiss 39,09 g Natrium 3.056,85 mg	Kilokalorien 939,21 kcal Fett 37,94 g Ges. Fettsäuren 16 g Kohlenhydrate 100,99 g Zucker 44 g Eiweiss 41,89 g Natrium 3.367,37 mg	Kilokalorien 730,95 kcal Fett 15,45 g Ges. Fettsäuren 6 g Kohlenhydrate 126,34 g Zucker 44 g Eiweiss 16,87 g Natrium 1.305,11 mg
Samstag 05.12.20	Kilokalorien 847,26 kcal Fett 34,92 g Ges. Fettsäuren 13 g Kohlenhydrate 90,58 g Zucker 26 g Eiweiss 41,00 g Natrium 2.351,41 mg	Kilokalorien 847,26 kcal Fett 34,92 g Ges. Fettsäuren 13 g Kohlenhydrate 90,58 g Zucker 26 g Eiweiss 41,00 g Natrium 2.351,41 mg	Kilokalorien 705,09 kcal Fett 28,26 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 80,03 g Zucker 25 g Eiweiss 28,85 g Natrium 2.673,38 mg
Sonntag 06.12.20	Kilokalorien 927,71 kcal Fett 41,14 g Ges. Fettsäuren 17 g Kohlenhydrate 86,35 g Zucker 23 g Eiweiss 49,90 g Natrium 3.502,42 mg	Kilokalorien 927,71 kcal Fett 41,14 g Ges. Fettsäuren 17 g Kohlenhydrate 86,35 g Zucker 23 g Eiweiss 49,90 g Natrium 3.502,42 mg	Kilokalorien 806,95 kcal Fett 31,46 g Ges. Fettsäuren 13 g Kohlenhydrate 109,10 g Zucker 22 g Eiweiss 18,99 g Natrium 3.254,52 mg