

Speisekarte

Datum/Uhrzeit

03.11.2021 / 10:31

ATK mittag

Seite 1

Mittagessen

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
Montag 20.12.21	Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Rindfleischentopf 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 21.12.21	Gemüsebrühe mit Nudeln (5,6,14,34) Seelachs-Gemüse-Ragout (6,8,11,14,34) Vollkornreis Buttermilch-Dessert (8)	Gemüsebrühe mit Nudeln (5,6,14,34) Ofenfrischer Fleischkäse v. Schwein+Rind (2,5,15,20) Zwiebelsoße (14,34) Schwenkkartoffeln Karottengemüse Buttermilch-Dessert (8)	Gemüsebrühe mit Nudeln (5,6,14,34) Pfannkuchen mit Apfelfüllung (8,12,14,34) Vanillesoße (8) Buttermilch-Dessert (8)
Mittwoch 22.12.21	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 23.12.21	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 (15,22,23) 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 24.12.21	Gemüsebrühe mit Eierstichbällchen (5,6,8,12) Seelachsfilet, gedünstet (11) Kapernsoße (8,14,15,34) Kartoffeln Spinat (8,14,34) ATK-Fruchtcocktail (1)	Gemüsebrühe mit Eierstichbällchen (5,6,8,12) Eieromelette (8,12) Kartoffeln Spinat (8,14,34) ATK-Fruchtcocktail (1)	Gemüsebrühe mit Eierstichbällchen (5,6,8,12) Tortellini Tricolore mit Käsefüllung (8,12,14,34) ATK-Bechamelsoße (8,14,34) ATK-Fruchtcocktail (1)
Samstag 25.12.21	Klare Gemüsesuppe (5,6) ATK-Hähnchenbrust Bratensoße (14,34) Kartoffelklöße Romanescogemüse Dessert-Pudding (1,8)	Klare Gemüsesuppe (5,6) ATK-Hähnchenbrust Bratensoße (14,34) Kartoffelklöße Romanescogemüse 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 26.12.21	Gebrannte Grießsuppe (5,6,14,34) Kalbsrahmgeschnetztes (8,14,15,34) Reis Mischgemüse ATK-Pfirsichkompott	Gebrannte Grießsuppe (5,6,14,34) Kalbsrahmgeschnetztes (8,14,15,34) Reis Mischgemüse ATK-Pfirsichkompott	Gebrannte Grießsuppe (5,6,14,34) Käsespätzle mit Zwiebelsoße (8,12,14,34) 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,22=mit einer Zuckerart und Süßungsmittel,23=enthält eine Phenylalaninquelle,34=Weizen,36=Gerste

Speisekarte

Datum/Uhrzeit

03.11.2021 / 10:31

ATK mittag

Seite 2

Mittagessen

Nährwerte

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
Montag 20.12.21	Kilokalorien 602,71 kcal Fett 16,43 g Ges. Fettsäuren 7 g Kohlenhydrate 69,18 g Zucker 31 g Eiweiss 40,43 g Natrium 2.070,47 mg	Kilokalorien 841,36 kcal Fett 39,00 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 73,58 g Zucker 31 g Eiweiss 45,76 g Natrium 2.470,97 mg	Kilokalorien 647,84 kcal Fett 31,28 g Ges. Fettsäuren 16 g Kohlenhydrate 65,91 g Zucker 30 g Eiweiss 18,66 g Natrium 2.378,95 mg
Dienstag 21.12.21	Kilokalorien 592,19 kcal Fett 18,49 g Ges. Fettsäuren 7 g Kohlenhydrate 73,11 g Zucker 15 g Eiweiss 31,35 g Natrium 2.254,54 mg	Kilokalorien 744,47 kcal Fett 38,44 g Ges. Fettsäuren 15 g Kohlenhydrate 72,99 g Zucker 18 g Eiweiss 22,28 g Natrium 3.211,18 mg	Kilokalorien 647,99 kcal Fett 13,75 g Ges. Fettsäuren 6 g Kohlenhydrate 104,19 g Zucker 50 g Eiweiss 22,46 g Natrium 1.809,35 mg
Mittwoch 22.12.21	Kilokalorien 683,44 kcal Fett 25,84 g Ges. Fettsäuren 11 g Kohlenhydrate 70,37 g Zucker 23 g Eiweiss 39,51 g Natrium 3.199,60 mg	Kilokalorien 881,66 kcal Fett 35,50 g Ges. Fettsäuren 13 g Kohlenhydrate 95,13 g Zucker 24 g Eiweiss 40,65 g Natrium 1.758,95 mg	Kilokalorien 735,81 kcal Fett 37,10 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 73,00 g Zucker 24 g Eiweiss 23,97 g Natrium 2.991,20 mg
Donnerstag 23.12.21	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 791,38 kcal Fett 20,09 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 102,56 g Zucker 39 g Eiweiss 45,01 g Natrium 3.744,97 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 2.023,40 mg
Freitag 24.12.21	Kilokalorien 618,74 kcal Fett 16,97 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 70,82 g Zucker 21 g Eiweiss 39,31 g Natrium 3.371,87 mg	Kilokalorien 559,27 kcal Fett 17,43 g Ges. Fettsäuren 7 g Kohlenhydrate 68,47 g Zucker 21 g Eiweiss 25,27 g Natrium 2.584,99 mg	Kilokalorien 750,14 kcal Fett 23,41 g Ges. Fettsäuren 11 g Kohlenhydrate 107,08 g Zucker 23 g Eiweiss 25,24 g Natrium 3.166,24 mg
Samstag 25.12.21	Kilokalorien 591,80 kcal Fett 14,82 g Ges. Fettsäuren 7 g Kohlenhydrate 78,27 g Zucker 26 g Eiweiss 34,04 g Natrium 4.310,63 mg	Kilokalorien 591,80 kcal Fett 14,82 g Ges. Fettsäuren 7 g Kohlenhydrate 78,27 g Zucker 26 g Eiweiss 34,04 g Natrium 4.310,63 mg	Kilokalorien 667,46 kcal Fett 30,98 g Ges. Fettsäuren 12 g Kohlenhydrate 73,39 g Zucker 32 g Eiweiss 20,46 g Natrium 2.271,99 mg
Sonntag 26.12.21	Kilokalorien 827,87 kcal Fett 25,66 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 92,61 g Zucker 28 g Eiweiss 53,08 g Natrium 3.085,90 mg	Kilokalorien 827,87 kcal Fett 25,66 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 92,61 g Zucker 28 g Eiweiss 53,08 g Natrium 3.085,90 mg	Kilokalorien 886,58 kcal Fett 25,87 g Ges. Fettsäuren 11 g Kohlenhydrate 128,61 g Zucker 30 g Eiweiss 29,57 g Natrium 3.940,48 mg