

Mittagessen

	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag 14.10.19	Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Schweinegulasch (6,14,34) Frische Spätzle (12,14,34,38) Broccoligemüse Frishobst	Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Rindfleisch Eintopf mit Gemüse (5,6) Nudeln (14,34) Pfersichkompott	++TAGESEMPFEHLUNG++ Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Hirsebällchen mit Gartengemüse (6,8,9,12,14,34,36) Frishobst
Dienstag 15.10.19	Gemüsebrühe mit Nudeln (5,6,14,34) Ofenfrischer Fleischkäse v. Schwein+Rind (2,5,15,20) Zwiebelsoße (5,6,14,34) Schwenkkartoffeln (15) Krautsalat (1) Joghurtdessert (8,12,14,27,34)	++TAGESEMPFEHLUNG++ 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) Pfannkuchen mit Apfelfüllung (8,12,14,34) Vanille-Mohn-Sauce (8) Joghurtdessert (8,12,14,27,34)
Mittwoch 16.10.19	++TAGESEMPFEHLUNG++ Kürbiscremesuppe (5,6,8,14,34) VOLLKORN-SPAGHETTI (14,34) Bolognesesoße v. Rinderhack (6,14,34) Gurkensalat (1,5,6,8,12,15) Geriebener Käse (8) Frishobst	Kürbiscremesuppe (5,6,8,14,34) Hähnchenbrust Thymiansoße (6,14,34) Nudeln (14,34) Zucchini gemüse Birnenkompott	Kürbiscremesuppe (5,6,8,14,34) Spinat-Käse-Medaillon (6,8,12,14,34,38) Paprikasoße vegetarisch (8,14,15,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Gurkensalat (1,5,6,8,12,15) Frishobst
Donnerstag 17.10.19	++TAGESEMPFEHLUNG++ 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 (8)	Gemüsebrühe mit Tomate-Kräuterklößchen (6,12,14,34) Lammhacksteak (14,34) Bratensoße (6,14,34) Gemüse-Couscous (14,34) Fruchtjoghurt (8)	Gemüsebrühe mit Tomate-Kräuterklößchen (6,12,14,34) Blumenkohl-Käse-Bratling (6,8,12,14,34) Zwiebelsoße vegetarisch (8,14,34) Gemüse-Couscous (14,34) Fruchtjoghurt (8)
Freitag 18.10.19	Gemüsebrühe mit Eierstichbällchen (5,6,8,12) Eieromelette (8,12,20) Kartoffeln (15) Spinat (8,14,34) Banane	++TAGESEMPFEHLUNG++ Gemüsebrühe mit Eierstichbällchen (5,6,8,12) Seelachsfilet, gedünstet (11) Kapernsoße (8,14,15,34) Kartoffeln (15) Spinat (8,14,34) Fruchtcocktail	Gemüsebrühe mit Eierstichbällchen (5,6,8,12) Tortellini Tricolore mit Käsefüllung (8,12,14,34) Knoblauchsoße (5,6,8,14,34) Karotten-Sellerie-Salat (1,6,8,12,15) Banane
Samstag 19.10.19	Klare Gemüsesuppe (5,6) Hähnchenschnitzel in Käse-Ei-Hülle (1,8,12,14,34) Tomatensoße (14,34) Vollkornnudeln (14,34) Buntes Gemüse Dessert-Pudding (1,8)	++TAGESEMPFEHLUNG++ Klare Gemüsesuppe (5,6) Hähnchenschnitzel 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) Bunter Salat (1,6) Dessert-Pudding (1,8)
Sonntag 20.10.19	Gebrannte Grießsuppe (5,6,14,34) Kalbsrahmgeschnetzeltes (6,8,14,15,34) Reis Mischgemüse Pfersichkompott	Gebrannte Grießsuppe (5,6,14,34) Kalbsrahmgeschnetzeltes (6,8,14,15,34) Reis Mischgemüse Pfersichkompott	++TAGESEMPFEHLUNG++ Gebrannte Grießsuppe (5,6,14,34) Käsespätzle mit Zwiebelsoße (8,12,14,15,34,38) Bohnensalat (1) Pfersichkompott

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,38=Dinkel

Speisekarte

Datum/Uhrzeit

02.09.2019 / 09:30

VK LVK FF mittag

Seite 2

Mittagessen

Nährwerte

	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag 14.10.19	Kilokalorien 959,51 kcal Fett 43,01 g Kohlenhydrate 88,19 g Eiweiss 52,95 g Ges. Fettsäuren 15 g Saccherose 7 g (Rübenzuc Natrium 3.153,84 mg	Kilokalorien 599,71 kcal Fett 16,64 g Kohlenhydrate 68,10 g Eiweiss 41,71 g Ges. Fettsäuren 7 g Saccherose 24 g (Rübenzuc Natrium 2.076,57 mg	Kilokalorien 582,72 kcal Fett 31,57 g Kohlenhydrate 55,54 g Eiweiss 18,00 g Ges. Fettsäuren 19 g Saccherose 7 g (Rübenzuc Natrium 2.365,88 mg
Dienstag 15.10.19	Kilokalorien 878,57 kcal Fett 48,21 g Kohlenhydrate 83,13 g Eiweiss 24,12 g Ges. Fettsäuren 20 g Saccherose 28 g (Rübenzuc Natrium 3.391,18 mg	Kilokalorien 700,04 kcal Fett 25,23 g Kohlenhydrate 84,24 g Eiweiss 32,72 g Ges. Fettsäuren 11 g Saccherose 26 g (Rübenzuc Natrium 2.319,54 mg	Kilokalorien 820,10 kcal Fett 25,46 g Kohlenhydrate 121,69 g Eiweiss 20,57 g Ges. Fettsäuren 13 g Saccherose 56 g (Rübenzuc Natrium 1.877,66 mg
Mittwoch 16.10.19	Kilokalorien 949,80 kcal Fett 43,48 g Kohlenhydrate 93,91 g Eiweiss 38,27 g Ges. Fettsäuren 19 g Saccherose 9 g (Rübenzuc Natrium 2.518,89 mg	Kilokalorien 774,02 kcal Fett 25,75 g Kohlenhydrate 93,10 g Eiweiss 38,80 g Ges. Fettsäuren 10 g Saccherose 39 g (Rübenzuc Natrium 2.909,32 mg	Kilokalorien 796,43 kcal Fett 36,27 g Kohlenhydrate 89,28 g Eiweiss 20,31 g Ges. Fettsäuren 11 g Saccherose 7 g (Rübenzuc Natrium 2.139,63 mg
Donnerstag 17.10.19	Kilokalorien 758,74 kcal Fett 19,49 g Kohlenhydrate 93,68 g Eiweiss 45,16 g Ges. Fettsäuren 9 g Saccherose 31 g (Rübenzuc Natrium 3.720,55 mg	Kilokalorien 703,48 kcal Fett 23,19 g Kohlenhydrate 80,27 g Eiweiss 41,24 g Ges. Fettsäuren 9 g Saccherose 24 g (Rübenzuc Natrium 2.103,27 mg	Kilokalorien 745,00 kcal Fett 28,87 g Kohlenhydrate 94,62 g Eiweiss 22,97 g Ges. Fettsäuren 11 g Saccherose 23 g (Rübenzuc Natrium 1.311,87 mg
Freitag 18.10.19	Kilokalorien 614,17 kcal Fett 17,64 g Kohlenhydrate 82,44 g Eiweiss 25,75 g Ges. Fettsäuren 7 g Saccherose 19 g (Rübenzuc Natrium 2.574,09 mg	Kilokalorien 608,62 kcal Fett 17,04 g Kohlenhydrate 70,29 g Eiweiss 38,56 g Ges. Fettsäuren 9 g Saccherose 20 g (Rübenzuc Natrium 3.256,57 mg	Kilokalorien 948,50 kcal Fett 29,63 g Kohlenhydrate 135,09 g Eiweiss 30,96 g Ges. Fettsäuren 12 g Saccherose 25 g (Rübenzuc Natrium 4.008,93 mg
Samstag 19.10.19	Kilokalorien 822,73 kcal Fett 29,80 g Kohlenhydrate 92,30 g Eiweiss 44,18 g Ges. Fettsäuren 8 g Saccherose 31 g (Rübenzuc Natrium 2.057,95 mg	Kilokalorien 822,73 kcal Fett 29,80 g Kohlenhydrate 92,30 g Eiweiss 44,18 g Ges. Fettsäuren 8 g Saccherose 31 g (Rübenzuc Natrium 2.057,95 mg	Kilokalorien 287,08 kcal Fett 11,29 g Kohlenhydrate 37,36 g Eiweiss 7,81 g Ges. Fettsäuren 5 g Saccherose 29 g (Rübenzuc Natrium 1.559,59 mg
Sonntag 20.10.19	Kilokalorien 795,17 kcal Fett 25,69 g Kohlenhydrate 86,37 g Eiweiss 52,67 g Ges. Fettsäuren 9 g Saccherose 21 g (Rübenzuc Natrium 2.805,90 mg	Kilokalorien 795,17 kcal Fett 25,69 g Kohlenhydrate 86,37 g Eiweiss 52,67 g Ges. Fettsäuren 9 g Saccherose 21 g (Rübenzuc Natrium 2.805,90 mg	Kilokalorien 927,52 kcal Fett 36,89 g Kohlenhydrate 111,42 g Eiweiss 34,64 g Ges. Fettsäuren 18 g Saccherose 24 g (Rübenzuc Natrium 4.359,19 mg