

Speisekarte

Datum/Uhrzeit

07.10.2019 / 11:09

VK LVK FF mittag

Seite 1

Mittagessen

	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag 21.10.19	Backerbsensuppe (5,6,8,12,14,34) Kohlroulade vom Schwein (5,12,14,34) Kümmelsoße (6,14,34) Kartoffeln (15) Frischobst	++TAGESEMPFEHLUNG++ Backerbsensuppe (5,6,8,12,14,34) Putencurry (8,9,14,34) Vollkorn-Gemüsereis Mandarinenkompott	Backerbsensuppe (5,6,8,12,14,34) Zucchini mit Bulgur-Gemüse-Füllung (8,14,15,34) Paprikasoße vegetarisch (8,14,15,34) Vollkorn-Gemüsereis Frischobst
Dienstag 22.10.19	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)	++TAGESEMPFEHLUNG++ Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Seelachsfilet, gedünstet (11) Garnelenssoße (8,13,14,15,34) Kartoffeln (15) Karotten-Kürbis-Gemüse Joghurtdessert (8,12,14,27,34)	Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Gemüse-maccaroni (6,14,34) Tomatensoße (14,34) Wachsbohnsalat (1) Griebener Käse (8) Joghurtdessert (8,12,14,27,34)
Mittwoch 23.10.19	Grießklößchensuppe (5,6,8,12,14,34) Puten-Hackbraten (5,6,8,12,14,16,34) Paprikasoße (6,8,15) Reis Gurkensalat (1,5,6,8,12,15) Frischobst	Grießklößchensuppe (5,6,8,12,14,34) Schweinegeschnetzeltes (6,14,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Zucchini-Tomaten-Gemüse Fruchtcocktail	++TAGESEMPFEHLUNG++ Grießklößchensuppe (5,6,8,12,14,34) Vollkornnudel-Gemüse-Auflauf (6,8,12,14,34) Spinatsoße (8,14,34) Gurkensalat (1,5,6,8,12,15) Frischobst
Donnerstag 24.10.19	++TAGESEMPFEHLUNG++ Tomatensuppe (5,6,14,34) Seelachs Müllerin, gebacken (8,11,14,34) Butterkartoffeln (8,15) Karottengemüse Zitrone (2) Fruchtjoghurt (8)	++TAGESEMPFEHLUNG++ 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) Süßkartoffel-Gnocchi (14,34) Gemüseragout in Basilikumsoße (8,14,34) Fruchtjoghurt (8)
Freitag 25.10.19	Gemüsebrühe mit Nudeln (5,6,14,34) Hähnchenpfanne mit Gnocchi und Gemüse (8,14,34) Banane	++TAGESEMPFEHLUNG++ Gemüsebrühe mit Nudeln (5,6,14,34) Seelachsfilet, gedünstet (11) Gemüsesoße zu Fisch (6,8,11,14,34) Kartoffeln (15) Spinat (8,14,34) Pflirsichkompott	Gemüsebrühe mit Nudeln (5,6,14,34) Semmelquarkauflauf (8,9,12,14,15,34,36) Vanillesoße (8) Banane
Samstag 26.10.19	++TAGESEMPFEHLUNG++ Zucchini-cremesuppe (5,6,8,14,34) Hähnchenbrust Kräutersoße (8,14,34) Reis Karottengemüse Dessert-Pudding (1,8)	Zucchini-cremesuppe (5,6,8,14,34) Hähnchenbrust Kräutersoße (8,14,34) Reis Karottengemüse Dessert-Pudding (1,8)	Zucchini-cremesuppe (5,6,8,14,34) Getreide-Käse-Schnitte (6,8,12,14,38) Kräutersoße (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 Estragon-Senf-Soße (5,6,14,34) Semmelknödel (8,12,14,34) Mischgemüse Ananaskompott	Brühe mit Tomatenklößchen (6,12,14,34) Schweinebraten Estragon-Senf-Soße (5,6,14,34) Semmelknödel (8,12,14,34) Mischgemüse Ananaskompott	++TAGESEMPFEHLUNG++ Brühe mit Tomatenklößchen (6,12,14,34) 3 Vegetarische Maultaschen (8,12,14,34) Bechamelsauce (8,14,34) Zucchini-Tomaten Salat (1,3,15,17) 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,13=Krebstiere und Krebstiererzeugnisse,14=Glutenhaltiges Getreide,15=mit Antioxidationsmittel,16=mit Geschmacksverstärker,17=geschwefelt,27=koffeinhaltig,34=Weizen,36=Gerste,38=Dinkel

Speisekarte

Mittagessen

Nährwerte

	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag 21.10.19	Kilokalorien 754,46 kcal Fett 36,48 g Kohlenhydrate 77,41 g Eiweiss 19,16 g Ges. Fettsäuren 16 g Saccharose 12 g (Rübenzuc Natrium 2.920,01 mg	Kilokalorien 653,85 kcal Fett 22,41 g Kohlenhydrate 79,64 g Eiweiss 31,14 g Ges. Fettsäuren 6 g Saccharose 27 g (Rübenzuc Natrium 2.074,53 mg	Kilokalorien 633,05 kcal Fett 24,17 g Kohlenhydrate 85,03 g Eiweiss 17,75 g Ges. Fettsäuren 9 g Saccharose 10 g (Rübenzuc Natrium 2.080,12 mg
Dienstag 22.10.19	Kilokalorien 777,29 kcal Fett 36,08 g Kohlenhydrate 74,06 g Eiweiss 34,80 g Ges. Fettsäuren 17 g Saccharose 34 g (Rübenzuc Natrium 4.250,47 mg	Kilokalorien 796,61 kcal Fett 31,77 g Kohlenhydrate 81,46 g Eiweiss 42,31 g Ges. Fettsäuren 17 g Saccharose 27 g (Rübenzuc Natrium 3.205,54 mg	Kilokalorien 860,02 kcal Fett 31,72 g Kohlenhydrate 113,87 g Eiweiss 26,75 g Ges. Fettsäuren 15 g Saccharose 38 g (Rübenzuc Natrium 2.224,36 mg
Mittwoch 23.10.19	Kilokalorien 685,17 kcal Fett 28,87 g Kohlenhydrate 80,40 g Eiweiss 19,59 g Ges. Fettsäuren 9 g Saccharose 5 g (Rübenzuc Natrium 2.487,04 mg	Kilokalorien 653,22 kcal Fett 29,55 g Kohlenhydrate 59,59 g Eiweiss 35,12 g Ges. Fettsäuren 11 g Saccharose 19 g (Rübenzuc Natrium 2.702,23 mg	Kilokalorien 816,92 kcal Fett 38,92 g Kohlenhydrate 73,51 g Eiweiss 36,52 g Ges. Fettsäuren 17 g Saccharose 7 g (Rübenzuc Natrium 2.903,28 mg
Donnerstag 24.10.19	Kilokalorien 669,62 kcal Fett 21,09 g Kohlenhydrate 81,90 g Eiweiss 32,94 g Ges. Fettsäuren 7 g Saccharose 31 g (Rübenzuc Natrium 2.157,56 mg	Kilokalorien 778,87 kcal Fett 29,55 g Kohlenhydrate 87,75 g Eiweiss 38,29 g Ges. Fettsäuren 6 g Saccharose 33 g (Rübenzuc Natrium 2.883,77 mg	Kilokalorien 768,60 kcal Fett 13,87 g Kohlenhydrate 140,83 g Eiweiss 18,75 g Ges. Fettsäuren 5 g Saccharose 40 g (Rübenzuc Natrium 2.386,02 mg
Freitag 25.10.19	Kilokalorien 673,55 kcal Fett 18,26 g Kohlenhydrate 100,46 g Eiweiss 25,67 g Ges. Fettsäuren 4 g Saccharose 20 g (Rübenzuc Natrium 2.459,85 mg	Kilokalorien 580,26 kcal Fett 12,02 g Kohlenhydrate 75,77 g Eiweiss 37,52 g Ges. Fettsäuren 6 g Saccharose 21 g (Rübenzuc Natrium 2.954,39 mg	Kilokalorien 901,79 kcal Fett 17,52 g Kohlenhydrate 139,51 g Eiweiss 43,77 g Ges. Fettsäuren 6 g Saccharose 56 g (Rübenzuc Natrium 1.866,88 mg
Samstag 26.10.19	Kilokalorien 777,39 kcal Fett 28,26 g Kohlenhydrate 90,85 g Eiweiss 38,62 g Ges. Fettsäuren 13 g Saccharose 24 g (Rübenzuc Natrium 3.060,91 mg	Kilokalorien 777,39 kcal Fett 28,26 g Kohlenhydrate 90,85 g Eiweiss 38,62 g Ges. Fettsäuren 13 g Saccharose 24 g (Rübenzuc Natrium 3.060,91 mg	Kilokalorien 922,45 kcal Fett 48,02 g Kohlenhydrate 88,66 g Eiweiss 32,44 g Ges. Fettsäuren 25 g Saccharose 25 g (Rübenzuc Natrium 3.250,03 mg
Sonntag 27.10.19	Kilokalorien 937,15 kcal Fett 43,02 g Kohlenhydrate 82,71 g Eiweiss 51,92 g Ges. Fettsäuren 17 g Saccharose 28 g (Rübenzuc Natrium 2.524,78 mg	Kilokalorien 937,15 kcal Fett 43,02 g Kohlenhydrate 82,71 g Eiweiss 51,92 g Ges. Fettsäuren 17 g Saccharose 28 g (Rübenzuc Natrium 2.524,78 mg	Kilokalorien 586,94 kcal Fett 19,13 g Kohlenhydrate 81,45 g Eiweiss 20,62 g Ges. Fettsäuren 8 g Saccharose 23 g (Rübenzuc Natrium 2.833,56 mg