

# Speisekarte

Datum/Uhrzeit

07.10.2019 / 11:11

VK LVK FF mittag

Seite 1

## Mittagessen

	Menü 1	Menü 2	Menü 3
<b>Montag</b> 25.11.19	Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Schweinegulasch (6,14,34) Frische Spätzle (12,14,34,38) Broccoligemüse Frishobst	Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Rindfleischintopf mit Gemüse (5,6) Nudeln (14,34) Pfersichkompott	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Hirsebällchen mit Gartengemüse (6,8,9,12,14,34,36) Frishobst
<b>Dienstag</b> 26.11.19	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)	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> 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)
<b>Mittwoch</b> 27.11.19	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> 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) Falafel-Taler (14,34) Paprikasoße vegetarisch (8,14,15,34) Gurkensalat (1,5,6,8,12,15) Frishobst
<b>Donnerstag</b> 28.11.19	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> 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)
<b>Freitag</b> 29.11.19	Gemüsebrühe mit Eierstichbällchen (5,6,8,12) Eieromelette (8,12,20) Kartoffeln (15) Spinat (8,14,34) Banane	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> 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
<b>Samstag</b> 30.11.19	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)	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> 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)
<b>Sonntag</b> 01.12.19	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	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> Gebrannte Grießsuppe (5,6,14,34) Käsespätzle mit Zwiebelsoße (8,12,14,15,34,38) Bohnensalat (1) Pfersichkompott

1=mit Farbstoff,2=mit Konservierungsstoff,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,20=mit Phosphat, Stabilisator,21=mit Süßungsmittel(n),27=koffeinhaltig,34=Weizen,36=Gerste,38=Dinkel

## Mittagessen

### Nährwerte

	Menü 1	Menü 2	Menü 3
<b>Montag</b> 25.11.19	Kilokalorien 959,51 kcal	Kilokalorien 599,71 kcal	Kilokalorien 588,88 kcal
	Fett 43,01 g	Fett 16,64 g	Fett 31,74 g
	Kohlenhydrate 88,19 g	Kohlenhydrate 68,10 g	Kohlenhydrate 54,95 g
	Eiweiss 52,95 g	Eiweiss 41,71 g	Eiweiss 18,75 g
	Ges. Fettsäuren 15 g	Ges. Fettsäuren 7 g	Ges. Fettsäuren 17 g
	Saccherose 7 g	Saccherose 24 g	Saccherose 8 g
	(Rübenzuc Natrium 3.153,84 mg)	(Rübenzuc Natrium 2.076,57 mg)	(Rübenzuc Natrium 2.373,80 mg)
<b>Dienstag</b> 26.11.19	Kilokalorien 878,57 kcal	Kilokalorien 700,04 kcal	Kilokalorien 820,10 kcal
	Fett 48,21 g	Fett 25,23 g	Fett 25,46 g
	Kohlenhydrate 83,13 g	Kohlenhydrate 84,24 g	Kohlenhydrate 121,69 g
	Eiweiss 24,12 g	Eiweiss 32,72 g	Eiweiss 20,57 g
	Ges. Fettsäuren 20 g	Ges. Fettsäuren 11 g	Ges. Fettsäuren 13 g
	Saccherose 28 g	Saccherose 26 g	Saccherose 56 g
	(Rübenzuc Natrium 3.391,18 mg)	(Rübenzuc Natrium 2.319,54 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.877,66 mg)
<b>Mittwoch</b> 27.11.19	Kilokalorien 899,40 kcal	Kilokalorien 774,02 kcal	Kilokalorien 742,72 kcal
	Fett 37,24 g	Fett 25,75 g	Fett 39,16 g
	Kohlenhydrate 92,55 g	Kohlenhydrate 93,10 g	Kohlenhydrate 70,51 g
	Eiweiss 39,79 g	Eiweiss 38,80 g	Eiweiss 18,83 g
	Ges. Fettsäuren 15 g	Ges. Fettsäuren 10 g	Ges. Fettsäuren 10 g
	Saccherose 9 g	Saccherose 39 g	Saccherose 9 g
	(Rübenzuc Natrium 2.086,89 mg)	(Rübenzuc Natrium 2.909,32 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.886,78 mg)
<b>Donnerstag</b> 28.11.19	Kilokalorien 758,74 kcal	Kilokalorien 703,48 kcal	Kilokalorien 745,00 kcal
	Fett 19,49 g	Fett 23,19 g	Fett 28,87 g
	Kohlenhydrate 93,68 g	Kohlenhydrate 80,27 g	Kohlenhydrate 94,62 g
	Eiweiss 45,16 g	Eiweiss 41,24 g	Eiweiss 22,97 g
	Ges. Fettsäuren 9 g	Ges. Fettsäuren 9 g	Ges. Fettsäuren 11 g
	Saccherose 31 g	Saccherose 24 g	Saccherose 23 g
	(Rübenzuc Natrium 3.720,55 mg)	(Rübenzuc Natrium 2.103,27 mg)	(Rübenzuc Natrium 1.311,87 mg)
<b>Freitag</b> 29.11.19	Kilokalorien 614,17 kcal	Kilokalorien 608,62 kcal	Kilokalorien 943,70 kcal
	Fett 17,64 g	Fett 17,04 g	Fett 29,47 g
	Kohlenhydrate 82,44 g	Kohlenhydrate 70,29 g	Kohlenhydrate 134,60 g
	Eiweiss 25,75 g	Eiweiss 38,56 g	Eiweiss 30,62 g
	Ges. Fettsäuren 7 g	Ges. Fettsäuren 9 g	Ges. Fettsäuren 12 g
	Saccherose 19 g	Saccherose 20 g	Saccherose 25 g
	(Rübenzuc Natrium 2.574,09 mg)	(Rübenzuc Natrium 3.256,57 mg)	(Rübenzuc Natrium 4.003,93 mg)
<b>Samstag</b> 30.11.19	Kilokalorien 822,73 kcal	Kilokalorien 822,73 kcal	Kilokalorien 721,08 kcal
	Fett 29,80 g	Fett 29,80 g	Fett 34,23 g
	Kohlenhydrate 92,30 g	Kohlenhydrate 92,30 g	Kohlenhydrate 77,66 g
	Eiweiss 44,18 g	Eiweiss 44,18 g	Eiweiss 21,76 g
	Ges. Fettsäuren 8 g	Ges. Fettsäuren 8 g	Ges. Fettsäuren 13 g
	Saccherose 31 g	Saccherose 31 g	Saccherose 34 g
	(Rübenzuc Natrium 2.057,95 mg)	(Rübenzuc Natrium 2.057,95 mg)	(Rübenzuc Natrium 2.551,59 mg)
<b>Sonntag</b> 01.12.19	Kilokalorien 795,17 kcal	Kilokalorien 795,17 kcal	Kilokalorien 927,52 kcal
	Fett 25,69 g	Fett 25,69 g	Fett 36,89 g
	Kohlenhydrate 86,37 g	Kohlenhydrate 86,37 g	Kohlenhydrate 111,42 g
	Eiweiss 52,67 g	Eiweiss 52,67 g	Eiweiss 34,64 g
	Ges. Fettsäuren 9 g	Ges. Fettsäuren 9 g	Ges. Fettsäuren 18 g
	Saccherose 21 g	Saccherose 21 g	Saccherose 24 g
	(Rübenzuc Natrium 2.805,90 mg)	(Rübenzuc Natrium 2.805,90 mg)	(Rübenzuc Natrium 4.359,19 mg)