

Speisekarte

Datum/Uhrzeit

03.11.2021 / 09:15

VK LVK FF mittag

Seite 1

Mittagessen

	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag 20.12.21	Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Schweinegulasch mit Paprika (14,34) Nudeln (14,34) 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 21.12.21	Gemüsebrühe mit Nudeln (5,6,14,34) Ofenfrischer Fleischkäse v. Schwein+Rind (2,5,15,20) Zwiebelsoße (14,34) Schwenkkartoffeln Krautsalat (1) Buttermilch-Dessert (8)	++TAGESEMPFEHLUNG++ Gemüsebrühe mit Nudeln (5,6,14,34) Seelachs-Gemüse-Ragout (6,8,11,14,34) Vollkornreis Naturjoghurtherzeugnis (8)	Gemüsebrühe mit Nudeln (5,6,14,34) Pfannkuchen mit Apfelfüllung (8,12,14,34) Vanille-Mohn-Sauce (8) Buttermilch-Dessert (8)
Mittwoch 22.12.21	++TAGESEMPFEHLUNG++ Kürbiscremesuppe (5,6,8,14,34) VOLLKORN-SPAGHETTI (14,34) Bolognesesoße v. Rinderhack (6,14,34) Gurkensalat (2,15) Geriebener Käse (8) Frishobst	Kürbiscremesuppe (5,6,8,14,34) Hähnchenbrust Thymiansoße (14,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Zucchini gemüse Birnenkompott	Kürbiscremesuppe (5,6,8,14,34) Falafel Mediterran (1,8,14,34) Ratatouille gemüse in Paprikasoße (8,14,15,34) Frishobst
Donnerstag 23.12.21	++TAGESEMPFEHLUNG++ 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) Diätjoghurt (8,22,23)	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) Blumenkohl-Käse-Bratling (6,8,12,14,34) Zwiebelsoße vegetarisch (8,14,34) Gemüse-Couscous (14,34) Fruchtjoghurt (1,8)
Freitag 24.12.21	Gemüsebrühe mit Eierstichbällchen (5,6,8,12) Eieromelette (8,12) Kartoffeln Spinat (8,14,34) Banane	++TAGESEMPFEHLUNG++ Gemüsebrühe mit Eierstichbällchen (5,6,8,12) Seelachsfilet, gedünstet (11) Kapernsoße (8,14,15,34) Kartoffeln Spinat (8,14,34) Fruchtmus (15)	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) Banane
Samstag 25.12.21	Klare Gemüsesuppe (5,6) Gänsekeule Bratensoße (14,34) Kartoffelklöße Romanescogemüse Dessert-Pudding (1,8)	++TAGESEMPFEHLUNG++ Klare Gemüsesuppe (5,6) Gebratene Hähnchenkeule 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) Bunter Salat (1) Dessert-Pudding (1,8)
Sonntag 26.12.21	Gebrannte Grießsuppe (5,6,14,34) Kalbsrahmgeschnetzeltes (8,14,15,34) Reis Mischgemüse Pfersichkompott	Gebrannte Grießsuppe (5,6,14,34) Kalbsrahmgeschnetzeltes (8,14,15,34) Reis Mischgemüse Pfersichkompott	++TAGESEMPFEHLUNG++ Gebrannte Grießsuppe (5,6,14,34) Käsespätzle mit Zwiebelsoße (8,12,14,34) Bohnensalat (1) Frishobst

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

Mittagessen

Nährwerte

	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag 20.12.21	Kilokalorien 784,16 kcal Fett 39,40 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 59,81 g Zucker 8 g Eiweiss 46,10 g Natrium 2.473,97 mg	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 590,64 kcal Fett 31,68 g Ges. Fettsäuren 17 g Kohlenhydrate 52,14 g Zucker 8 g Eiweiss 19,00 g Natrium 2.381,95 mg
Dienstag 21.12.21	Kilokalorien 788,08 kcal Fett 42,93 g Ges. Fettsäuren 15 g Kohlenhydrate 72,76 g Zucker 16 g Eiweiss 22,97 g Natrium 3.234,93 mg	Kilokalorien 568,79 kcal Fett 17,48 g Ges. Fettsäuren 6 g Kohlenhydrate 68,11 g Zucker 10 g Eiweiss 33,72 g Natrium 2.319,54 mg	Kilokalorien 676,55 kcal Fett 14,39 g Ges. Fettsäuren 6 g Kohlenhydrate 109,55 g Zucker 54 g Eiweiss 22,76 g Natrium 1.812,66 mg
Mittwoch 22.12.21	Kilokalorien 948,56 kcal Fett 39,50 g Ges. Fettsäuren 15 g Kohlenhydrate 99,35 g Zucker 17 g Eiweiss 45,04 g Natrium 2.893,15 mg	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 703,81 kcal Fett 36,90 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 66,43 g Zucker 9 g Eiweiss 23,71 g Natrium 2.989,40 mg
Donnerstag 23.12.21	Kilokalorien 760,13 kcal Fett 20,34 g Ges. Fettsäuren 10 g Kohlenhydrate 93,31 g Zucker 32 g Eiweiss 45,89 g Natrium 3.734,97 mg	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 745,00 kcal Fett 28,87 g Ges. Fettsäuren 11 g Kohlenhydrate 94,62 g Zucker 23 g Eiweiss 22,97 g Natrium 1.949,94 mg
Freitag 24.12.21	Kilokalorien 617,77 kcal Fett 17,70 g Ges. Fettsäuren 7 g Kohlenhydrate 82,55 g Zucker 19 g Eiweiss 26,28 g Natrium 2.586,49 mg	Kilokalorien 590,74 kcal Fett 17,02 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 65,72 g Zucker 15 g Eiweiss 39,09 g Natrium 3.371,87 mg	Kilokalorien 907,78 kcal Fett 28,46 g Ges. Fettsäuren 13 g Kohlenhydrate 130,27 g Zucker 26 g Eiweiss 30,29 g Natrium 3.972,57 mg
Samstag 25.12.21	Kilokalorien 1.522,07 kcal Fett 104,19 g Ges. Fettsäuren 6 g Kohlenhydrate 77,60 g Zucker 28 g Eiweiss 66,10 g Natrium 3.904,99 mg	Kilokalorien 876,97 kcal Fett 38,95 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 77,60 g Zucker 26 g Eiweiss 51,84 g Natrium 4.006,94 mg	Kilokalorien 725,81 kcal Fett 34,26 g Ges. Fettsäuren 13 g Kohlenhydrate 78,97 g Zucker 34 g Eiweiss 21,81 g Natrium 2.492,49 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 817,97 kcal Fett 24,68 g Ges. Fettsäuren 11 g Kohlenhydrate 115,74 g Zucker 8 g Eiweiss 28,97 g Natrium 3.706,47 mg