

# Speisekarte

Datum/Uhrzeit

15.07.2022 / 13:09

VK LVK FF Abend

Seite 1

## Abendessen

	Menü 1	Menü 2	Menü 3
<b>Montag</b> 15.08.22	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) VK Schnittkäse (1,8) Frischkäse (8) Fleischkäse vom Schwein (2,15,20) Gemüsesalat (1)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Schwarzwälder Schinken v. Schwein (2) Quark Natur (8) Gelbwurst v.Schwein (2,20) Senfgurke (5,15,21)	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) FFSchnittkäse (1,8) Frischkäse (8) Quark Natur (8)
<b>Dienstag</b> 16.08.22	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) VK Frischwurst vom Geflügel (1,2,15,20) Frischkäse-Aufstrich Olive-Basilikum (8) Babybel (8)	2 Mischbrot (14,34,35) 20g Halbfettmargarine (1) Leberwürstchen vom Schwein (2,15) LVK Wurstaufschnitt vom Geflügel (1,2,15,20) Babybel (8) Karottensalat (1)	2 Mischbrot (14,34,35) 20g Halbfettmargarine (1) FFSchnittkäse (1,8) Frischkäse-Aufstrich Olive-Basilikum (8) Babybel (8) Karottensalat (1)
<b>Mittwoch</b> 17.08.22	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) VK Schnittkäse (1,8) Kräuterquark (8) Fleischkäse-Häppchen v Schwein (2,14,15,34) Nudelsalat Thunfisch-Paprika (1,11,14,34) Senf (5)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) LVK Schnittkäse (1,2,8) Camembert (8) LVK Wurstaufschnitt vom Geflügel (1,2,15,20) Blumenkohlsalat (1)	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) FFSchnittkäse (1,8) Kräuterquark (8) Räucherlachs (11)
<b>Donnerstag</b> 18.08.22	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) VK Schnittkäse (1,8) Krustenbraten vom Schwein (2,15,20) Paprika-Sesam-Creme (4,8,15) Essigurke (2,21)	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) LVK Schnittkäse (1,2,8) pflanzlicher Brotaufstrich (9,15) Geflügelwiener 1 St (2,6,15,20)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) FFSchnittkäse (1,8) pflanzlicher Brotaufstrich (9,15) Paprika-Sesam-Creme (4,8,15) Essigurke (2,21)
<b>Freitag</b> 19.08.22	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Camembert (8) Kräuterfrischkäse (8) Geflügel-Paprika-Lyoner (1,2,15,20)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) LVK Schnittkäse (1,2,8) Frischkäse (8) LVK Wurstaufschnitt vom Geflügel (1,2,15,20) Staudensellerie-Tomatensalat (1,6)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) FFKäseaufschnitt (8) Camembert (8) Kräuterfrischkäse (8) mediterrane Kirschtomaten (8)
<b>Samstag</b> 20.08.22	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) VK Schnittkäse (1,8) Schmelzkäse (1,2,8,20) gek. Schinken v.Schwein (2,15,20) Couscoussalat mit Zucchini Tomate (1,6,14,34)	2 Mischbrot (14,34,35) 20g Halbfettmargarine (1) LVK Schnittkäse (1,2,8) Schmelzkäse (1,2,8,20) gek. Schinken v.Schwein (2,15,20) Couscoussalat mit Zucchini Tomate (1,6,14,34)	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 20g Halbfettmargarine (1) FFSchnittkäse (1,8) Schmelzkäse (1,2,8,20) Heringshappen Friesisch (5,8,11,12,15)
<b>Sonntag</b> 21.08.22	<b>++TAGESEMPFEHLUNG++</b> Vollkornbrot (14,34,35) 2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) Räucherlachs-Frischkäse (8,11) Regensburger Würstchen Schw/Rind (2,15) Senfgurke (5,15,21)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) pflanzlicher Brotaufstrich (9,15) Regensburger Würstchen Schw/Rind (2,15) Senfgurke (5,15,21) Senf (5)	2 Mischbrot (14,34,35) 10g Butter (8) FFSchnittkäse (1,8) Räucherlachs-Frischkäse (8,11) Frischkäse Pfeffer (8) Senfgurke (5,15,21)

1=mit Farbstoff,2=mit Konservierungsstoff,4= Sesamsamen und Sesamenerzeugnisse,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),34=Weizen,35=Roggen

## Abendessen

### Nährwerte

	Menü 1	Menü 2	Menü 3
<b>Montag</b> 15.08.22	Kilokalorien 600,32 kcal Fett 35,95 g Ges. Fettsäuren 18 g Kohlenhydrate 41,54 g Zucker 4 g Eiweiss 26,61 g Natrium 1.389,61 mg	Kilokalorien 482,06 kcal Fett 26,35 g Ges. Fettsäuren 13 g Kohlenhydrate 37,59 g Zucker 3 g Eiweiss 22,53 g Natrium 1.790,30 mg	Kilokalorien 695,68 kcal Fett 28,45 g Ges. Fettsäuren 16 g Kohlenhydrate 79,42 g Zucker 4 g Eiweiss 28,61 g Natrium 1.651,69 mg
<b>Dienstag</b> 16.08.22	Kilokalorien 535,77 kcal Fett 22,11 g Ges. Fettsäuren 11 g Kohlenhydrate 58,55 g Zucker 3 g Eiweiss 23,94 g Natrium 1.926,14 mg	Kilokalorien 463,42 kcal Fett 24,77 g Ges. Fettsäuren 8 g Kohlenhydrate 39,89 g Zucker 2 g Eiweiss 19,06 g Natrium 1.619,21 mg	Kilokalorien 523,42 kcal Fett 28,29 g Ges. Fettsäuren 13 g Kohlenhydrate 40,15 g Zucker 3 g Eiweiss 25,65 g Natrium 1.536,84 mg
<b>Mittwoch</b> 17.08.22	Kilokalorien 694,81 kcal Fett 36,62 g Ges. Fettsäuren 17 g Kohlenhydrate 56,59 g Zucker 3 g Eiweiss 33,09 g Natrium 1.691,45 mg	Kilokalorien 541,15 kcal Fett 29,39 g Ges. Fettsäuren 17 g Kohlenhydrate 38,94 g Zucker 1 g Eiweiss 29,48 g Natrium 1.607,62 mg	Kilokalorien 611,88 kcal Fett 27,49 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 57,99 g Zucker 3 g Eiweiss 31,52 g Natrium 1.823,84 mg
<b>Donnerstag</b> 18.08.22	Kilokalorien 489,37 kcal Fett 25,42 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 37,90 g Zucker 3 g Eiweiss 26,43 g Natrium 1.603,64 mg	Kilokalorien 683,05 kcal Fett 36,77 g Ges. Fettsäuren 16 g Kohlenhydrate 57,40 g Zucker 2 g Eiweiss 28,67 g Natrium 1.718,50 mg	Kilokalorien 502,88 kcal Fett 27,99 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 39,56 g Zucker 4 g Eiweiss 21,91 g Natrium 1.537,85 mg
<b>Freitag</b> 19.08.22	Kilokalorien 592,92 kcal Fett 30,03 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 57,28 g Zucker 1 g Eiweiss 22,04 g Natrium 1.387,78 mg	Kilokalorien 510,18 kcal Fett 28,33 g Ges. Fettsäuren 16 g Kohlenhydrate 38,44 g Zucker 2 g Eiweiss 24,28 g Natrium 1.654,81 mg	Kilokalorien 563,30 kcal Fett 34,68 g Ges. Fettsäuren 19 g Kohlenhydrate 38,31 g Zucker 1 g Eiweiss 24,14 g Natrium 935,78 mg
<b>Samstag</b> 20.08.22	Kilokalorien 617,52 kcal Fett 25,92 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 63,65 g Zucker 4 g Eiweiss 30,85 g Natrium 1.556,93 mg	Kilokalorien 619,08 kcal Fett 26,02 g Ges. Fettsäuren 11 g Kohlenhydrate 63,66 g Zucker 4 g Eiweiss 30,79 g Natrium 1.598,43 mg	Kilokalorien 870,24 kcal Fett 45,24 g Ges. Fettsäuren 12 g Kohlenhydrate 84,52 g Zucker 7 g Eiweiss 29,72 g Natrium 1.741,33 mg
<b>Sonntag</b> 21.08.22	Kilokalorien 557,89 kcal Fett 25,66 g Ges. Fettsäuren 11 g Kohlenhydrate 54,48 g Zucker 2 g Eiweiss 25,60 g Natrium 1.872,84 mg	Kilokalorien 474,20 kcal Fett 27,47 g Ges. Fettsäuren 10 g Kohlenhydrate 37,62 g Zucker 2 g Eiweiss 17,78 g Natrium 1.557,50 mg	Kilokalorien 495,04 kcal Fett 27,86 g Ges. Fettsäuren 17 g Kohlenhydrate 36,68 g Zucker 2 g Eiweiss 23,36 g Natrium 1.223,44 mg