

Speisekarte

Datum/Uhrzeit

18.07.2022 / 10:54

ATK Abend

Seite 1

Abendessen

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
Montag 29.08.22	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse (8) ATK-Geflügel-Bierschinken (1,2,15,20) ATK Brotzeitquark Natur (8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse (8) Leberwürstchen vom Schwein (2,15) ATK-Geflügel-Frikadellen (5,12,14,34)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse (8) Schmelzkäse (1,2,8,20) ATK-Tilsiter (1,8)
Dienstag 30.08.22	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20) 2 ATK-Gekochter Schinken (2,15,20) ATK-Maasdamer (1,8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20) ATK-Gelbwurst v.Schw ATK-Maasdamer (1,8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20) pflanzlicher Brotaufstrich (9,15) ATK-Maasdamer (1,8)
Mittwoch 31.08.22	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20) ATK-Geflügel-Jagdwurst (1,2,15,20) ATK-Gouda (1,8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20) ATK-Geflügelwiener 1 Stck (2,6,15,20) ATK-Lyoner vom Schwein (2,15,20)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse 50% Fett (8) Schmelzkäse (1,2,8,20) ATK-Gouda (1,8)
Donnerstag 01.09.22	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) pflanzlicher Brotaufstrich (9,15) ATK-Gelbwurst v.Schw ATK-Geflügel-Bierschinken (1,2,15,20)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) pflanzlicher Brotaufstrich (9,15) ATK-Krustenbraten v Schwein (2,15,20) ATK-Emmentaler (8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse 50% Fett (8) pflanzlicher Brotaufstrich (9,15) ATK-Emmentaler (8)
Freitag 02.09.22	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse 50% Fett (8) ATK-Geflügelwiener, 1St. (2,6,15,20) ATK-Butterkäse (8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse (8) ATK-Butterkäse (8) ATK Brotzeitquark Natur (8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse (8) ATK-Butterkäse (8) ATK Brotzeitquark Natur (8)
Samstag 03.09.22	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20) ATK-Lyoner vom Schwein (2,15,20) ATK-Tilsiter (1,8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20) ATK-Lyoner vom Schwein (2,15,20) ATK-Tilsiter (1,8)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20) Heringhäppchen (5,11) ATK-Tilsiter (1,8)
Sonntag 04.09.22	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20) Leberwürstchen vom Schwein (2,15) 2 ATK-Gekochter Schinken (2,15,20)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Schmelzkäse (1,2,8,20) Leberwürstchen vom Schwein (2,15) ATK-Gekochter Schinken (2,15,20)	2 Mischbrot (14,34,35) Portionsbutter 10g P (8) Frischkäse (8) Schmelzkäse (1,2,8,20) ATK-Edamer (1,8)

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,34=Weizen,35=Roggen

Abendessen

Nährwerte

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
Montag 29.08.22	Kilokalorien 378,49 kcal Fett 17,63 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 37,49 g Zucker 3 g Eiweiss 16,99 g Natrium 910,28 mg	Kilokalorien 454,85 kcal Fett 24,80 g Ges. Fettsäuren 10 g Kohlenhydrate 38,36 g Zucker 1 g Eiweiss 19,09 g Natrium 1.108,20 mg	Kilokalorien 446,42 kcal Fett 24,24 g Ges. Fettsäuren 15 g Kohlenhydrate 36,83 g Zucker 2 g Eiweiss 19,59 g Natrium 970,73 mg
Dienstag 30.08.22	Kilokalorien 509,26 kcal Fett 24,66 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 36,32 g Zucker 2 g Eiweiss 35,07 g Natrium 1.559,03 mg	Kilokalorien 480,46 kcal Fett 27,42 g Ges. Fettsäuren 16 g Kohlenhydrate 36,07 g Zucker 1 g Eiweiss 21,85 g Natrium 1.075,03 mg	Kilokalorien 476,91 kcal Fett 27,02 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 37,82 g Zucker 2 g Eiweiss 19,70 g Natrium 1.023,03 mg
Mittwoch 31.08.22	Kilokalorien 479,84 kcal Fett 26,60 g Ges. Fettsäuren 15 g Kohlenhydrate 36,21 g Zucker 1 g Eiweiss 23,30 g Natrium 1.237,43 mg	Kilokalorien 495,70 kcal Fett 29,86 g Ges. Fettsäuren 13 g Kohlenhydrate 36,78 g Zucker 2 g Eiweiss 19,37 g Natrium 1.351,03 mg	Kilokalorien 464,46 kcal Fett 26,20 g Ges. Fettsäuren 16 g Kohlenhydrate 36,86 g Zucker 2 g Eiweiss 19,67 g Natrium 887,03 mg
Donnerstag 01.09.22	Kilokalorien 424,99 kcal Fett 23,25 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 37,07 g Zucker 1 g Eiweiss 16,00 g Natrium 1.241,78 mg	Kilokalorien 500,55 kcal Fett 28,52 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 36,36 g Zucker 1 g Eiweiss 23,94 g Natrium 1.062,90 mg	Kilokalorien 494,15 kcal Fett 29,26 g Ges. Fettsäuren 15 g Kohlenhydrate 37,14 g Zucker 2 g Eiweiss 19,78 g Natrium 832,50 mg
Freitag 02.09.22	Kilokalorien 521,30 kcal Fett 31,66 g Ges. Fettsäuren 16 g Kohlenhydrate 35,74 g Zucker 1 g Eiweiss 22,73 g Natrium 1.312,50 mg	Kilokalorien 437,25 kcal Fett 23,14 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 36,77 g Zucker 3 g Eiweiss 19,94 g Natrium 889,00 mg	Kilokalorien 437,25 kcal Fett 23,14 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 36,77 g Zucker 3 g Eiweiss 19,94 g Natrium 889,00 mg
Samstag 03.09.22	Kilokalorien 502,50 kcal Fett 29,86 g Ges. Fettsäuren 16 g Kohlenhydrate 36,28 g Zucker 2 g Eiweiss 21,47 g Natrium 1.159,03 mg	Kilokalorien 502,50 kcal Fett 29,86 g Ges. Fettsäuren 16 g Kohlenhydrate 36,28 g Zucker 2 g Eiweiss 21,47 g Natrium 1.159,03 mg	Kilokalorien 595,16 kcal Fett 35,57 g Ges. Fettsäuren 17 g Kohlenhydrate 39,07 g Zucker 4 g Eiweiss 28,50 g Natrium 1.405,03 mg
Sonntag 04.09.22	Kilokalorien 446,96 kcal Fett 20,69 g Ges. Fettsäuren 10 g Kohlenhydrate 36,57 g Zucker 2 g Eiweiss 28,20 g Natrium 1.539,03 mg	Kilokalorien 400,16 kcal Fett 19,37 g Ges. Fettsäuren 10 g Kohlenhydrate 36,37 g Zucker 2 g Eiweiss 19,64 g Natrium 1.171,03 mg	Kilokalorien 444,02 kcal Fett 23,60 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 36,83 g Zucker 2 g Eiweiss 20,43 g Natrium 922,73 mg