

# Speisekarte

Datum/Uhrzeit

07.12.2021 / 11:18

ATK mittag

Seite 1

## Mittagessen

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
<b>Montag</b> 10.01.22	Gemüsebrühe mit Käse-Tortellini (2,5,6,8,12,14,34) Hähnchenroulade mit Spinatfüllung (5,6,8) Bratensoße (14,34) Frische Spätzle (12,14,34) Karottengemüse ATK-Pfirsichkompott	Gemüsebrühe mit Käse-Tortellini (2,5,6,8,12,14,34) Gefüllte Paprika mit Rind+Schwein Tomatensoße (14,34) Vollkornnudeln (14,34) ATK-Pfirsichkompott	Gemüsebrühe mit Käse-Tortellini (2,5,6,8,12,14,34) Gemüseintopf mit Grießklößchen (5,6,8,12,14,34) ATK-Pfirsichkompott
<b>Dienstag</b> 11.01.22	Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Seelachsfilet, gedünstet (11) Gemüesoße (6,8,14,34) Kartoffeln Sellerie-Karotten-Gemüse (6) Buttermilch-Dessert (8)	Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) Bratwurst vom Schwein (5,20) Bratensoße (14,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Sauerkraut Buttermilch-Dessert (8)	Spinatcremesuppe (5,6,8,14,34) ATK-Grießbrei (8,14,34) ATK-Birnenkompott Buttermilch-Dessert (8)
<b>Mittwoch</b> 12.01.22	Gemüsebrühe mit Perlgrauen (5,6,14,36) Geflügel-Frikadellen (5,12,14,34) Tomatensoße (14,34) Reis Broccoligemüse ATK-Apfelmus (15)	Gemüsebrühe mit Perlgrauen (5,6,14,36) Gek. Rindfleisch Meerrettichsoße (3,8,14,15,17,34) Bandnudeln (14,34) ATK-Rote Beete Salat (21,23) ATK-Preiselbeeren ATK-Apfelmus (15)	Gemüsebrühe mit Perlgrauen (5,6,14,36) ATK-Vegetarische Pizza (8,14,34) ATK-Apfelmus (15)
<b>Donnerstag</b> 13.01.22	Kürbiscremesuppe (5,6,8,14,34) Gemüseintopf mit Hühnerfleisch+Nudeln (6,8,12,14,34) Fruchtjoghurt (1,8)	Kürbiscremesuppe (5,6,8,14,34) Kümmelbraten vom Schwein Braune Soße veg. Semmelknödel (8,12,14,34) Kohlrabigemüse Fruchtjoghurt (1,8)	Kürbiscremesuppe (5,6,8,14,34) VOLLKORN-SPAGHETTI (14,34) Gemüsebolognese Soße (6,14,34) Fruchtjoghurt (1,8)
<b>Freitag</b> 14.01.22	Minestrone (6,14,34) Eieromelette (8,12) Kartoffeln Spinat (8,14,34) ATK-Birnenkompott	Minestrone (6,14,34) Seelachsfilet, gedünstet (11) ATK-Bechamelsoße (8,14,34) Kartoffeln Spinat (8,14,34) ATK-Birnenkompott	Minestrone (6,14,34) ATK-Asiatische Nudel-Gemüse-Pfanne (14,34) Asia-Curry-Soße (8,14,34) ATK-Birnenkompott
<b>Samstag</b> 15.01.22	Blumenkohlcremesuppe (5,6,8,14,34) Putengeschnetzeltes (14,15,34) Reis ZucchiniGemüse Dessert-Pudding (1,8)	Blumenkohlcremesuppe (5,6,8,14,34) Putengeschnetzeltes (14,15,34) Reis ZucchiniGemüse Dessert-Pudding (1,8)	Blumenkohlcremesuppe (5,6,8,14,34) Tortellini mit Käse-Spinat-Füllung (8,12,14,34) Tomatensoße (14,34) ZucchiniGemüse Dessert-Pudding (1,8)
<b>Sonntag</b> 16.01.22	Gemüsebrühe mit Eierstichbällchen (5,6,8,12) Schweinebraten Bratensoße (14,34) Frische Spätzle (12,14,34) Karotten-Erbсен-Gemüse ATK-Ananaskompott	Gemüsebrühe mit Eierstichbällchen (5,6,8,12) Schweinebraten Bratensoße (14,34) Frische Spätzle (12,14,34) Karotten-Erbсен-Gemüse ATK-Ananaskompott	Gemüsebrühe mit Eierstichbällchen (5,6,8,12) Pikanter Semmelaufwurf (6,8,9,12,14,15,34,36) Bechamelsoße (8,14,34) Karotten-Erbсен-Gemüse ATK-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,14=Glutenhaltiges Getreide,15=mit Antioxidationsmittel,17=geschwefelt,20=mit Phosphat, Stabilisator,21=mit Süßungsmittel(n),23=enthält eine Phenylalaninquelle,34=Weizen,36=Gerste

# Speisekarte

Datum/Uhrzeit

07.12.2021 / 11:18

ATK mittag

Seite 2

## Mittagessen

Nährwerte

	ATK 1	ATK 2	ATK-Fleischfrei
<b>Montag</b> 10.01.22	Kilokalorien 774,93 kcal Fett 29,53 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 83,86 g Zucker 33 g Eiweiss 38,93 g Natrium 4.023,60 mg	Kilokalorien 669,41 kcal Fett 22,16 g Ges. Fettsäuren 8 g Kohlenhydrate 86,10 g Zucker 39 g Eiweiss 27,25 g Natrium 1.987,03 mg	Kilokalorien 436,34 kcal Fett 14,46 g Ges. Fettsäuren 4 g Kohlenhydrate 62,07 g Zucker 31 g Eiweiss 11,17 g Natrium 3.001,44 mg
<b>Dienstag</b> 11.01.22	Kilokalorien 654,63 kcal Fett 22,25 g Ges. Fettsäuren 11 g Kohlenhydrate 69,18 g Zucker 16 g Eiweiss 39,67 g Natrium 3.017,35 mg	Kilokalorien 786,64 kcal Fett 46,56 g Ges. Fettsäuren 18 g Kohlenhydrate 58,99 g Zucker 19 g Eiweiss 28,27 g Natrium 4.285,47 mg	Kilokalorien 580,77 kcal Fett 16,23 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 85,46 g Zucker 62 g Eiweiss 18,96 g Natrium 977,43 mg
<b>Mittwoch</b> 12.01.22	Kilokalorien 675,20 kcal Fett 22,40 g Ges. Fettsäuren 3 g Kohlenhydrate 85,99 g Zucker 19 g Eiweiss 30,63 g Natrium 2.862,90 mg	Kilokalorien 650,28 kcal Fett 19,00 g Ges. Fettsäuren 7 g Kohlenhydrate 80,49 g Zucker 38 g Eiweiss 36,63 g Natrium 2.578,10 mg	Kilokalorien 439,22 kcal Fett 13,96 g Ges. Fettsäuren 5 g Kohlenhydrate 60,34 g Zucker 17 g Eiweiss 14,30 g Natrium 2.910,39 mg
<b>Donnerstag</b> 13.01.22	Kilokalorien 590,55 kcal Fett 18,92 g Ges. Fettsäuren 8 g Kohlenhydrate 71,25 g Zucker 25 g Eiweiss 31,84 g Natrium 2.227,70 mg	Kilokalorien 1.000,04 kcal Fett 43,59 g Ges. Fettsäuren 17 g Kohlenhydrate 94,25 g Zucker 32 g Eiweiss 55,49 g Natrium 3.060,27 mg	Kilokalorien 689,89 kcal Fett 20,51 g Ges. Fettsäuren 8 g Kohlenhydrate 101,51 g Zucker 26 g Eiweiss 22,52 g Natrium 1.814,61 mg
<b>Freitag</b> 14.01.22	Kilokalorien 625,17 kcal Fett 17,31 g Ges. Fettsäuren 6 g Kohlenhydrate 85,40 g Zucker 32 g Eiweiss 25,75 g Natrium 1.340,02 mg	Kilokalorien 676,78 kcal Fett 17,20 g Ges. Fettsäuren 8 g Kohlenhydrate 86,02 g Zucker 32 g Eiweiss 39,06 g Natrium 1.777,39 mg	Kilokalorien 868,21 kcal Fett 29,59 g Ges. Fettsäuren 8 g Kohlenhydrate 126,62 g Zucker 35 g Eiweiss 20,14 g Natrium 760,87 mg
<b>Samstag</b> 15.01.22	Kilokalorien 795,26 kcal Fett 31,23 g Ges. Fettsäuren 13 g Kohlenhydrate 86,94 g Zucker 22 g Eiweiss 40,20 g Natrium 2.314,86 mg	Kilokalorien 795,26 kcal Fett 31,23 g Ges. Fettsäuren 13 g Kohlenhydrate 86,94 g Zucker 22 g Eiweiss 40,20 g Natrium 2.314,86 mg	Kilokalorien 1.055,15 kcal Fett 31,48 g Ges. Fettsäuren 12 g Kohlenhydrate 156,42 g Zucker 33 g Eiweiss 35,52 g Natrium 2.637,97 mg
<b>Sonntag</b> 16.01.22	Kilokalorien 811,88 kcal Fett 30,33 g Ges. Fettsäuren 11 g Kohlenhydrate 81,47 g Zucker 27 g Eiweiss 50,55 g Natrium 3.347,46 mg	Kilokalorien 811,88 kcal Fett 30,33 g Ges. Fettsäuren 11 g Kohlenhydrate 81,47 g Zucker 27 g Eiweiss 50,55 g Natrium 3.347,46 mg	Kilokalorien 791,74 kcal Fett 34,50 g Ges. Fettsäuren 16 g Kohlenhydrate 84,88 g Zucker 25 g Eiweiss 34,45 g Natrium 3.416,29 mg