

Speisekarte

Datum/Uhrzeit

21.09.2021 / 11:58

VK LVK FF mittag

Seite 1

Mittagessen

	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag 11.10.21	Broccolicremesuppe (5,6,8,14,34) Rindergulasch (14,34) Semmelknödel (8,12,14,34) Bohnensalat (1) Frischobst	Broccolicremesuppe (5,6,8,14,34) Schweineroulade (6,8,20) Bratensoße (14,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Kohlrabigemüse Birnenkompott	++TAGESEMPFEHLUNG++ Broccolicremesuppe (5,6,8,14,34) Rahm-Champignons (5,6,8,14,34) Semmelknödel (8,12,14,34) Bohnensalat (1) Frischobst
Dienstag 12.10.21	Gemüsebrühe mit Eierflocken (5,6,12) Schweinebraten Paprika-Schinken-Champ.-Soße (2,14,15,20,34) Spätzle (12,14,34) Gurkensalat (2,15) Buttermilch-Dessert (8)	++TAGESEMPFEHLUNG++ Gemüsebrühe mit Eierflocken (5,6,12) Seelachsfilet, gedünstet (11) Bechamelsoße (8,14,34) Kartoffeln Kartottengemüse Kartottengemüse Naturjoghurtherzeugnis (8)	Gemüsebrühe mit Eierflocken (5,6,12) Gemüsebrätling (6,8,9,12,14,34,36) Käsesoße (8,14,34) Kartoffeln Kartottengemüse Buttermilch-Dessert (8)
Mittwoch 13.10.21	Selleriesuppe (5,6,8,14,34) Pfannen-Gyros von der Pute Tzatziki (8) Vollkornreis Krautsalat (1) Frischobst	Selleriesuppe (5,6,8,14,34) Gemüse Eintopf mit Hühnerfl+VKNude (5,6,14,34) Fruchtcocktail	++TAGESEMPFEHLUNG++ Selleriesuppe (5,6,8,14,34) Paprikaschote, vegetarisch gefüllt (8,14,15,34) Tomatensoße (14,34) Vollkornnudeln (14,34) Krautsalat (1) Frischobst
Donnerstag 14.10.21	Gemüsebrühe mit Perlgrauen (5,6,14,36) Weißer Bohneneintopf/Schweinebug+Kartoff (1,2,5,6,14,15,20,31,34) Fruchtjoghurt (1,8)	++TAGESEMPFEHLUNG++ Gemüsebrühe mit Perlgrauen (5,6,14,36) Hähnchenbrust Bratensoße (14,34) Vollkorn-Gemüseris Karotten-Kürbis-Gemüse Diätjoghurt (8,22,23)	Gemüsebrühe mit Perlgrauen (5,6,14,36) Tortellini Tricolore mit Käsefüllung (8,12,14,34) Käsesoße (8,14,34) Karotten-Sellerie-Salat (1,6,8) Fruchtjoghurt (1,8)
Freitag 15.10.21	++TAGESEMPFEHLUNG++ Tomatensuppe (5,6,14,34) Seelachsfilet, gedünstet (11) Bechamelsoße (8,14,34) Kartoffeln Broccoligemüse Banane	Tomatensuppe (5,6,14,34) Reisauflauf (8,12) Vanillesoße (8) Pfirnsichkompott	Tomatensuppe (5,6,14,34) SPAGHETTI (14,34) Basilikumsoße (8,14,34) Tomatensalat (1,3,15,17) Pesto (8) Banane
Samstag 16.10.21	Klare Gemüsesuppe (5,6) Gebratene Putenkeule Bratensoße (14,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Leipziger Allerlei Dessert-Pudding (1,8)	Klare Gemüsesuppe (5,6) Gebratene Putenkeule Bratensoße (14,34) Kartoffelbrei (1,3,8,15,17) Leipziger Allerlei Dessert-Pudding (1,8)	++TAGESEMPFEHLUNG++ Klare Gemüsesuppe (5,6) Maultaschen mit hellem Gemüseragout (8,12,14,34) Dessert-Pudding (1,8)
Sonntag 17.10.21	++TAGESEMPFEHLUNG++ Karottensuppe (5,6,8,14,34) Rinderbraten Bratensoße (14,34) Spinatknödel (8,12,14,34) Wachsbohngemüse (8) Frischobst	Karottensuppe (5,6,8,14,34) Rinderbraten Bratensoße (14,34) Spinatknödel (8,12,14,34) Wachsbohngemüse (8) Fruchtcocktail	Karottensuppe (5,6,8,14,34) Gemüsestrudel (6,8,14,34) Paprikasoße vegetarisch (8,14,15,34) Bunter Salat (1) Fruchtcocktail

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,31=mit Jodsalz,34=Weizen,36=Gerste

Speisekarte

Datum/Uhrzeit

21.09.2021 / 11:58

VK LVK FF mittag

Seite 2

Mittagessen

Nährwerte

	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag 11.10.21	Kilokalorien 850,30 kcal Fett 36,31 g Ges. Fettsäuren 16 g Kohlenhydrate 82,04 g Zucker 13 g Eiweiss 45,55 g Natrium 2.955,27 mg	Kilokalorien 841,98 kcal Fett 41,72 g Ges. Fettsäuren 16 g Kohlenhydrate 69,79 g Zucker 27 g Eiweiss 41,69 g Natrium 4.333,96 mg	Kilokalorien 837,67 kcal Fett 38,48 g Ges. Fettsäuren 18 g Kohlenhydrate 87,33 g Zucker 13 g Eiweiss 32,47 g Natrium 3.521,21 mg
Dienstag 12.10.21	Kilokalorien 852,41 kcal Fett 31,84 g Ges. Fettsäuren 12 g Kohlenhydrate 85,86 g Zucker 25 g Eiweiss 53,08 g Natrium 3.481,12 mg	Kilokalorien 575,18 kcal Fett 19,21 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 57,69 g Zucker 11 g Eiweiss 40,03 g Natrium 2.719,86 mg	Kilokalorien 1.014,97 kcal Fett 55,65 g Ges. Fettsäuren 30 g Kohlenhydrate 89,35 g Zucker 24 g Eiweiss 34,12 g Natrium 2.950,76 mg
Mittwoch 13.10.21	Kilokalorien 777,18 kcal Fett 32,52 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 76,93 g Zucker 6 g Eiweiss 42,05 g Natrium 2.720,35 mg	Kilokalorien 538,46 kcal Fett 17,91 g Ges. Fettsäuren 7 g Kohlenhydrate 62,48 g Zucker 25 g Eiweiss 28,99 g Natrium 2.361,45 mg	Kilokalorien 742,97 kcal Fett 27,14 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 97,86 g Zucker 21 g Eiweiss 22,38 g Natrium 2.220,90 mg
Donnerstag 14.10.21	Kilokalorien 613,35 kcal Fett 11,52 g Ges. Fettsäuren 5 g Kohlenhydrate 85,66 g Zucker 23 g Eiweiss 33,20 g Natrium 3.245,19 mg	Kilokalorien 661,55 kcal Fett 22,14 g Ges. Fettsäuren 6 g Kohlenhydrate 75,50 g Zucker 19 g Eiweiss 38,92 g Natrium 4.144,91 mg	Kilokalorien 858,45 kcal Fett 27,04 g Ges. Fettsäuren 12 g Kohlenhydrate 121,31 g Zucker 27 g Eiweiss 31,06 g Natrium 3.292,04 mg
Freitag 15.10.21	Kilokalorien 711,64 kcal Fett 18,02 g Ges. Fettsäuren 9 g Kohlenhydrate 91,53 g Zucker 27 g Eiweiss 40,89 g Natrium 2.283,21 mg	Kilokalorien 726,69 kcal Fett 14,17 g Ges. Fettsäuren 6 g Kohlenhydrate 115,76 g Zucker 70 g Eiweiss 29,78 g Natrium 864,23 mg	Kilokalorien 961,28 kcal Fett 39,17 g Ges. Fettsäuren 10 g Kohlenhydrate 126,77 g Zucker 30 g Eiweiss 22,64 g Natrium 1.788,68 mg
Samstag 16.10.21	Kilokalorien 591,15 kcal Fett 23,00 g Ges. Fettsäuren 10 g Kohlenhydrate 62,83 g Zucker 27 g Eiweiss 31,65 g Natrium 4.226,69 mg	Kilokalorien 591,15 kcal Fett 23,00 g Ges. Fettsäuren 10 g Kohlenhydrate 62,83 g Zucker 27 g Eiweiss 31,65 g Natrium 4.226,69 mg	Kilokalorien 730,78 kcal Fett 22,18 g Ges. Fettsäuren 10 g Kohlenhydrate 101,20 g Zucker 28 g Eiweiss 31,11 g Natrium 3.192,98 mg
Sonntag 17.10.21	Kilokalorien 794,12 kcal Fett 32,65 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 76,84 g Zucker 11 g Eiweiss 47,13 g Natrium 3.766,39 mg	Kilokalorien 828,12 kcal Fett 32,45 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 85,01 g Zucker 27 g Eiweiss 46,99 g Natrium 3.764,99 mg	Kilokalorien 624,92 kcal Fett 31,34 g Ges. Fettsäuren 14 g Kohlenhydrate 68,30 g Zucker 25 g Eiweiss 13,59 g Natrium 2.324,62 mg