



	Vollkost	ZzVo	Leichte Vollkost	cal	Vegetarische Kost	ZzVo	kcal
Montag	*** Bratklops mit grünen Bohnen dazu Dampfkartoffeln *** Aprikosenkompott	323 97 107 90	*** Gnocchi in Rahmsoße mit Tomatenwürfel dazu gebratene Hähnchenbrust *** Aprikosenkompott	1,2 364 90	*** Nudeln mit Tomatensoße und geriebenem Käse *** Aprikosenkompott		469 52 90
Dienstag	*** Gabelspaghetti mit gebratener Jagdwurst und Tomatensoße geriebener Käse *** Birnenkompott	305 199 76 40	2 *** Gedünstetes Seehechtfilet mit Zitronensoße dazu Möhrengemüse und Dampfkartoffeln *** Birnenkompott	217 98 107 40	*** Broccolirtörtchen mit Schnittlauch-Käsesoße dazu Dampfkartoffeln *** Birnenkompott		369 107 52 40
Mittwoch	*** Bunter Gemüseeintopf mit Rindfleisch *** Fruchtjoghurt	235 82	Leicht gebräunter Rinderbraten mit Schwarzwurzelgemüse und Salzkartoffeln Fruchtjoghurt	147 93 116 82	3 *** Spinat - Knuspermedaillon mit einer Käsesoße Dampfkartoffeln und einem gemischten Salat *** Fruchtjoghurt	1,2	251 52 52 82
Donnerstag	*** Sülze mit Remouladensoße dazu Bratkartoffeln und Rote Beete Himbeercreme	1,3,8 897 158 20 88	*** Gulasch vom Schwein dazu Pariser Karotten und Nudeln Himbeercreme	195 80 296 88	*** Bandnudeln mit Rucola und gerösteten Sonnenblumenkernen Tomatensalat Himbeercreme		531 109 88
Freitag	*** Hähnchen-Cordon Bleu mit Leipziger Allerlei und Dampfkartoffeln *** Früchtesalat	305 93 107 86	*** Lachswürfel in Basilikumsoße auf Spaghetti dazu Broccoli Früchtesalat	260 85 183 86	*** Blumenkohl in holländischer Soße dazu Dampfkartoffeln Früchtesalat		107 52 86
Samstag	*** Gräupcheneintopf mit gekochtem Rindfleisch *** Früchtequarkspeise	295 40	*** Schupfnudeln mit Blattspinat und Tomatenwürfel Früchtequarkspeise	378 209 40	*** Waldpilze in Kräuterrahm mit Böhmischem Knödeln und Salat Früchtequarkspeise		137 251 52 40
Sonntag	*** Schweinebraten mit Bayrisch Kraut und Dampfkartoffeln *** Mandarinenkompott	1,3,12 351 81 107 99	*** Rindergeschnetzeltes "Züricher Art" mit Kräuterspätzle und Salat Mandarinenkompott	220 250 52 99	*** Tortellini mit Gorgonzolasoße dazu Grilltomate Mandarinenkompott	1,2	569 54 99



WIR KOCHEN MIT JODIERTEM SALZ.

Kennziffern der Zusatzstoffe: 1=mit Konservierungsstoff; 2=mit Farbstoff; 3=mit Antioxidationsmittel; 4=mit Geschmacksverstärker; 5=geschwefelt; 6=geschwärzt; 7=gewachst; 8= mit Süßungsmitteln; 9=enthält eine Phenylalaninquelle;

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN

10=kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken; 11= genetisch verändert; 12=mit Phosphat; 13=mit Milcheiweiß; 14=Eiklar; 15=unter Verwendung von Milch / Sahne; 16= mit Stärke oder mit Pflanzenstärke

17= mit einer Zuckerart und Süßungsmittel; 18=chinhaltig; 19=koffeinhaltig

Woche 2