



Speisenplan vom 21.11.-27.11.2022



	Vollkost	ZzVo	kcal	 Leichte Vollkost	ZzVo	kcal	 Vegetarische Kost	ZzVo	kcal
Montag	*** Kartoffelsuppe mit gebratener Jagdwurst *** Waldfruchtjoghurt		413 59 107 55	*** Seelachswürfel mit Tomatensoße und Nudeln *** Waldfruchtjoghurt		221 52 55	*** *** ***		511 209 55
Dienstag	*** Leberkäse mit Kartoffelbrei Zwiebelsoße und Bayrisch Kraut *** Apfelsaft		140 210 40	*** Kräuterquark mit Salzkartoffeln und Leinöl *** Apfelsaft		388 178 40	*** *** ***		433 66 40
Mittwoch	*** Feuerfleisch mit Reis und Krautsalat *** Mirabellenkompott		86 140 210 128	*** Italienischer Nudelauflauf mit Mozzarella überbacken und Tomatensoße *** Mirabellenkompott		449 77 209 128	*** *** ***		270 52 128
Donnerstag	*** Hühnerfrikassee mit Gemüse und Champignons dazu Reis *** Apfelmus mit Vanillesoße	3,5	145 244 40	*** Gebratenes Putensteak mit Reis und Kaisergemüse *** Apfelmus mit Vanillesoße		271 133 40	*** *** ***		323 107 40
Freitag	*** Paniertes Fischfilet mit Zitronensoße Salzkartoffeln und Möhrenrohkost *** Banane	3 3,5	397 116 45 40	*** Gemüseschnitzel mit Kräuterrahmsoße und Salzkartoffeln *** Banane		178 211 40	*** *** ***		321 210 40
Samstag	*** Grüne Bohneneintopf mit gekochtem Rindfleisch *** Joghurt mit Heidelbeeren		401 77	*** Möhreneintopf mit Rindfleisch dazu eine Scheibe Brot *** Joghurt mit Heidelbeeren	4,15	302 133 77	*** *** ***		474 77
Sonntag	*** Putenrollbraten mit Blumenkohl und Salzkartoffeln *** Fruchtcocktail		97 125 107 117	*** Kalbsgulasch mit Blumenkohl und Salzkartoffeln *** Fruchtcocktail		189 107 117	*** *** ***		477 117



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;

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=chininhaltig; 19=koffeinhaltig

Woche 3

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN