



	Vollkost	ZzVo	Leichte Vollkost	cal	Vegetarische Kost	ZzVo	kcal
Montag	*** Nudeln mit Bolognese und geriebenem Käse *** Aprikosenkompott	323 97 107 90	*** Gedünstetes Fischfilet mit Gemüse und Salzkartoffeln *** Aprikosenkompott	1,2 364 90	*** Broccolitorchen mit Schnittlauch-Käsesoße und Salzkartoffeln *** Aprikosenkompott		469 52 90
Dienstag	*** Linseneintopf mit Kaßler *** Birnenkompott	305 199 76 40	2 Leicht gebräunter Rinderbraten mit Wachsbohngemüse und Salzkartoffeln Birnenkompott	217 98 107 40	*** Spinat-Knuspermedaillon mit Käsesoße und Salzkartoffeln *** Birnenkompott		369 107 52 40
Mittwoch	*** Bratklops mit grünen Bohnen und Salzkartoffeln *** Fruchtjoghurt	235 82	Gnocchi in Rahmsoße mit Tomatenwürfel und gebratener Hähnchenbrust Fruchtjoghurt	147 93 116 82	*** Nudeln mit Tomatensoße und geriebener Käse *** Fruchtjoghurt	1,2	251 52 52 82
Donnerstag	*** Hähnchen Cordon-Bleu mit Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln *** Himbeercreme	1,3,8 897 158 20 88	Lachswürfel mit Basilikumsoße dazu Spaghetti und Broccoli Himbeercreme	195 80 296 88	*** Blumenkohl mit Holländischer Soße und Salzkartoffeln Himbeercreme		531 109 88
Freitag	*** Sülze mit Remouladensoße dazu Bratkartoffeln und Rote Beete *** Früchtesalat	305 93 107 86	*** Gulasch vom Schwein dazu Pariser Karotten und Nudeln *** Früchtesalat	260 85 183 86	*** Bandnudeln mit Rucola und gerösteten Sonnenblumenkernen dazu Tomatensalat Früchtesalat		107 52 86
Samstag	*** Gräupcheneintopf mit gekochtem Rindfleisch *** Früchtequarkspeise	295 40	*** Geflügelroulade "Marcit" mit Carrots Rustica auf Rahmsoße dazu Reis *** Früchtequarkspeise	378 209 40	Waldpilze in Kräuterrahm mit 2 gefüllten Kartoffeltaschen Früchtequarkspeise		137 251 52 40
Sonntag	*** Schweinebraten mit Bayrisch Kraut und kleinen Kartoffelklößchen *** Mandarinenkompott	1,3,12 351 81 107 99	*** Rindergeschnetzeltes "Züricher Art" mit Kräuterspätzle und Salat *** Mandarinenkompott	220 250 52 99	Champignon-Omelett mit Kartoffelbrei und einem bunten Salat 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.

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 2

ANDERUNGEN VORBEHALTEN