





	Vollkost	ZzVo	kcal	 Leichte Vollkost	ZzVo	kcal	 Vegetarische Kost	ZzVo	kcal
Montag	*** Tomatensuppe Milchreis mit Zimt und Zucker *** Apfelmus	1,3 3	337 68 116	*** Gebratenes Fischfilet mit Nudeln und Tomatensoße *** Apfelmus		212 133	***		704 52
Dienstag	*** Jägerschnitzel mit mit Nudeln und Tomatensoße *** Aprikosequarkcreme		83 461 41	*** Bunter Gemüseintopf mit Rindfleisch und eine Scheibe Brot *** Aprikosenquarkcreme		345 85 107	***	1,2	457
Mittwoch	*** Jägerpfanne mit Salzkartoffeln *** Apfel	12	198 107	*** Lammqulasch mit Broccoli und Salzkartoffeln *** Apfel		345 85 52	***		150 107
Donnerstag	*** Kaßlerbraten mit Sauerkraut und Klößen *** Fruchtcocktail	1,3	130 48 171	*** Gedünstetes Seelachsfilet mit Kräutersoße Gemüse und Salzkartoffeln *** Fruchtcocktail		219 107 52	***		363 210
Freitag	*** Marinierter Hering "Hausfrauen Art" mit Salzkartoffeln *** Apfelkompott	3	263 107	*** Gebratene Hähnchenbrust an Tomaten-Basilikumsoße und Nudeln *** Apfelkompott		134 125 210 52	***		170 433
Samstag	*** Nudelsuppe mit Geflügelfleisch *** Mandarinenquark		215	*** Gemüsesuppe mit Rindfleischwürfel und eine Scheibe Brot *** Mandarinenquark		347 239	***	1,2	232 62
Sonntag	*** Sauerbraten mit Rotkohl und Klößen *** Grießpudding mit Waldbeeren	3,5 3,5	166 116 171	*** Putenragout mit Blumenkohl und Salzkartoffeln *** Grießpudding mit Waldbeeren		210 86 107	***		378 209



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 verändernd; 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 4

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN