



	Vollkost	ZzVo	ncal	Leichte Vollkost	ZzVo	kcal	Vegetarische Kost	ZzVo	kcal
Montag	*** Schweineroulade mit Salzkartoffeln und Romanesco		509	*** Lammgulasch mit Salzkartoffeln und Romanesco		450	***		493
	*** Mandarinenkompott		81	*** Mandarinenkompott		81	***		81
Dienstag	*** 2 gekochte Eier in Senf-Specksoße mit Salzkartoffeln und Roter Beete		423	*** Hähnchenbruststreifen in Kräutersoße Salzkartoffeln und Gemüse		194	***	1,2	508
	*** Fruchtcocktail		40	*** Fruchtcocktail		40	***		40
Mittwoch	*** Gyros mit Reis Tzatziki und Krautsalat		653	*** Broccoli-Kartoffelgratin mit Salat		443	***		391
	*** Himbeer-Creme	3,5	86	*** Himbeer-Creme	3,5	86	***		74
Donnerstag	*** Eierflockensuppe		74	*** Putensteak mit Blumenkohl und Salzkartoffeln		395	***	1,2	567
	*** Eierkuchen mit Zimt und Zucker		598	*** Apfelmus		81	***		81
Freitag	*** Schweinegulasch mit Nudeln und Bohnensalat		161	*** Daniudeln mit gerösteten Sonnenblumenkernen dazu Salat		238	***		425
	*** Obst	3	417	*** Obst	1,2	46	***		52
Samstag	*** Brühreis mit Geflügelfleisch		83	*** Nudeln mit Tomatensoße Jagdwurst und geriebener Käse		165	***		584
	*** Fruchtjoghurt		76	*** Fruchtjoghurt		210	***		94
Sonntag	*** Rinderbraten mit Rotkohl und Salzkartoffeln		145	*** Hähnchenschnitzel an Tomatensoße mit Eierspätzle		311	***		339
	*** Schokoladencreme		116	*** Schokoladencreme	1,2	262	***		52
			85			52			115



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 5

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN