





	Vollkost	ZzVo	kcal	 Leichte Vollkost	ZzVo	kcal	 Vegetarische Kost	ZzVo	kcal
Montag	*** Jägerschnitzel mit buntem Gemüse und Kartoffelbrei *** Aprikosenuarkcreme	1,3 3	337 68 116	*** Bunter Gemüseeintopf mit Rindfleisch dazu eine Scheibe Brot *** Aprikosenuarkcreme	212 133	88	*** "Vegetarische Moussaka" Auberginenauflauf ariechischer Art mit einem gemischten Salat *** Aprikosenuarkcreme		704 52 88
Dienstag	Tomatensuppe *** Milchreis mit Zimt und Zucker *** Apfelmus		83 461 41 67	*** Lammbraten mit Broccoli und Damofkartoffeln *** Apfelmus	345 85 107	67	*** Überbackene Gnocchis mit Joghurt-Soße *** Apfelmus	1,2	457 67
Mittwoch	*** Kohlroulade mit Damofkartoffeln *** Apfel	12	198 107 40	*** Gebratenes Fischfilet auf Tomatensoße dazu Nudeln *** Apfel	345 85 52	40	*** Süss-saure Eier mit Damofkartoffeln und Roter-Beete *** Apfel		150 107 40
Donnerstag	*** Marinierter Herina "Hausfrauen-Art" mit Petersilienkartoffeln *** Fruchtcocktail	1,3	130 48 171	*** Gebratene Hähnchenbrust auf Tomatensoße mit Nudeln *** Fruchtcocktail	219 107 52	40	*** Böhmische Knödel auf Rahmchampionons *** Fruchtcocktail		363 210 40
Freitag	*** Kaßlerbraten mit Sauerkraut und Klößen *** Apfelkompott	3	263 107 191	*** Gedünstetes Seelachsfilet in Kräutersoße mit Damofkartoffeln *** Apfelkompott	134 125 210 52	191	*** Eieromelette mit Tomaten und Mozzarella überbacken dazu Reis und Tomatensoße *** Apfelkompott		170 433 191
Samstag	*** Nudelsuppe mit Geflügelfleisch *** Mandarinenuark		215 74	*** Gemüsesuppe mit Rindfleischwürfel dazu eine Scheibe Brot *** Mandarinenuark	347 239	74	*** Zucchini Schiffchen mit Tofu - Gemüsefüllung . Petersiliensoße und einen gemischten Salat *** Mandarinenuark	1,2	232 62 74
Sonntag	*** Sauerbraten mit Rotkohl und Klößen *** Grießpudding mit Waldbeeren	3,5 3,5	166 116 171	*** Putenraout mit Blumenkohl und Kräuterkartoffeln *** Grießpudding mit Waldbeeren	210 86 107		*** Schupfnudeln mit Blattspinat Tomaten und Pinienkernen *** Grießpudding mit Waldbeeren		378 209



WIR KOCHEN MIT JODIERTEM SALZ.

Kennziffern der Zusatzstoffe: 1=mit Konservierungstoff; 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=Eiikar; 15=unter Verwendung von Milch / Sahne; 16= mit Stärke oder mit Pflanzenstärke

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

Woche 4

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN