

# Speiseplan vom 20.01.-26.01.2025

	Vollkost	Leichte Vollkost
Montag 20.01.2025	Hähnchen "Cordon Bleu" mit Mischgemüse und Salzkartoffeln [3.023kJ] [722kcal] 14)31)18)2)9)3) Birnenkompott [361kJ] [86kcal]	Tellerrösti mit frischen Champignons in Rahmsoße und ein Salat [1.693kJ] [406kcal] 18) Birnenkompott [361kJ] [86kcal]
Dienstag 21.01.2025	Bratklops mit Salzkartoffeln und Butterbohnen [1.832kJ] [439kcal] 20)31)31.1)31.5)17)14)18) Aprikosenkompott [136kJ] [32kcal]	Gnocchi in Rahmsoße mit gebratener Hähnchenbrust [2.280kJ] [543kcal] 31)31.1)18) Aprikosenkompott [136kJ] [32kcal]
Mittwoch 22.01.2025	Nudeln mit Bolognese und geriebenem Käse [1.490kJ] [352kcal] 31)31.1) Obst [569kJ] [136kcal] 18)	Leicht gebräunter Rinderbraten mit Gemüse und Salzkartoffeln [1.550kJ] [371kcal] 3)9)18)42) Obst [569kJ] [136kcal] 18)
Donnerstag 23.01.2025	Jägerkohl mit Salzkartoffeln [1.651kJ] [397kcal] 14)18)31)31.1)31.2)31.4)31.6)1) Fruchtjoghurt [481kJ] [114kcal] 18)	Rahmspinat, Salzkartoffeln und Rührei [550kJ] [131kcal] Fruchtjoghurt [481kJ] [114kcal] 18)
Freitag 24.01.2025	Sülze mit Remouladensoße dazu Bratkartoffeln und Rote Bete [3.565kJ] [861kcal] 2)3)5)20)21)31)14)31.1)18) Fruchtcocktail [186kJ] [44kcal] 1)	Gulasch vom Schwein mit Klößen und Rotkohl [3.647kJ] [874kcal] 31)14)17)20)31.1)31.5) Fruchtcocktail [186kJ] [44kcal] 1)
Samstag 25.01.2025	Weißkohleintopf mit gekochtem Rindfleisch [1.137kJ] [272kcal] 20) Früchtequarkspeise [376kJ] [90kcal] 18)	Backfeta mit Grilltomate und Bauernsalat [3.488kJ] [833kcal] 31)14)31.1)18) Früchtequarkspeise [376kJ] [90kcal] 18)
Sonntag 26.01.2025	Schweineroulade " Hausfrauen Art" mit Rotkohl und kleinen Klößen [6.114kJ] [1.465kcal] Mandarinenkompott [166kJ] [40kcal]	Rindergeschnetztes "Züricher Art" mit Salzkartoffeln und Gemüse [2.212kJ] [529kcal] 31)14)18) Mandarinenkompott [166kJ] [40kcal]

