Essen auf Rädern
IMMER für Sie da!
Telefon 04408 - 93910

Speiseplan Harpstedt vom 29.07.19 bis 04.08.19

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Oldenburg-Land e.V.
Parkstraße 55b · 27798 Hude

Datum	Menü 1 / Diät		Bitte hier die Menge eintragen	Menü 2		Bitte hier die Menge eintragen	Vegetarisch		Bitte hier die Menge eintragen
Montag, 29.07.2019	"Züricher" Sahnegeschnetzeltes mit Buttererbsen und Spiralnudeln	593,1 kcal 2973,8 kj 12,7 BE 45,8g Eiweiß 23g Fett 77,2g KH	kleines Menü	Eisbeinsülze mit Remouladensoße und Bratkartoffeln	872,3 kcal 3628,9 kj 15,3 BE 26,4g Eiweiß 61,3g Fett 50,4g KH	kleines Menü	Tortellini-Gemüse-Auflauf mit Kräutersoße	458,3 kcal 1909,4 kj 8,6 BE 19,6g Eiweiß 14,2g Fett 60,7g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe:	Allergene: a, f, g, i, a1, a3		Zusatzstoffe: 1, 2, 3, 5, 8, 9	Allergene: a, c, g, i, j, l, a1		Zusatzstoffe: 15	Allergene: a, c, g, i, a1	
Dienstag, 30.07.2019	Rahmspinat mit Kräuterrührei und Kartoffelpüree	351 kcal 1474,7 kj 7,1 BE 11,7g Eiweiß 12g Fett 47,1g KH	kleines Menü	Geflügelragout mit Salzkartoffeln	541,4 kcal 2255,3 kj 9,3 BE 28,8g Eiweiß 20,1g Fett 58,5g KH	kleines Menü	Pfannkuchen mit Apfelmus	677,8 kcal 2822 kj 14,5 BE 17,9g Eiweiß 34,5g Fett 70,6g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 1, 3, 15	Allergene: a, c, g, l, a1		Zusatzstoffe: 1	Allergene: a, g, h, j, a1, h3		Zusatzstoffe:	Allergene: a, c, g, h, a1, h1, h7	
Mittwoch, 31.07.2019	Hackbraten mit Bohnengemüse und Petersilienkartoffeln	635,5 kcal 2624,4 kj 13,1 BE 33,2g Eiweiß 30,4g Fett 55,3g KH	kleines Menü	Heringstopf mit Äpfeln, Zwiebeln und Bratkartoffeln	281,3 kcal 1149,6 kj 5 BE 9,7g Eiweiß 18,7g Fett 18,5g KH	kleines Menü	Bunter Karotteneintopf "vegetarisch"	293,7 kcal 1230,7 kj 3,9 BE 6,9g Eiweiß 9g Fett 43,4g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe:	Allergene: a, c, g, j, a1		Zusatzstoffe: 2, 3, 11	Allergene: c, d, g, j		Zusatzstoffe: 1, 15	Allergene: a, g, i, a1	
Donnerstag, 01.08.2019	Schweineschnitzel Cordon bleu mit Blumenkohl und Salzkartoffeln	897,9 kcal 3768,4 kj 15,7 BE 51,4g Eiweiß 37,1g Fett 85,4g KH	kleines Menü	Wrap(Fladenbrot) mit Hähnchenbruststreifen und Kräuterdipp	435,6 kcal 1814,5 kj 7,3 BE 28,5g Eiweiß 17,2g Fett 41,5g KH	kleines Menü	Nudelauflauf mit Tomate-Mozzarella	529,3 kcal 2198,8 kj 12 BE 27,2g Eiweiß 20,7g Fett 57,3g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 2, 3, 8	Allergene: a, c, f, g, a1		Zusatzstoffe: 1	Allergene: a, c, g, a1		Zusatzstoffe:	Allergene: a, g, a1	
Freitag, 02.08.2019	Backfischfilet mit Bechamelkartoffeln und Gurkensalat	628,4 kcal 2636,6 kj 11,6 BE 28,4g Eiweiß 27,5g Fett 65,7g KH	kleines Menü	Hackbällchen in Champignonrahmsoße mit Butterreis	747 kcal 3099,9 kj 14,8 BE 28g Eiweiß 33,1g Fett 81,6g KH	kleines Menü	Gebackene Frühlingsrolle mit Reisbeilage	452,9 kcal 1910,4 kj 2,3 BE 9,6g Eiweiß 11,7g Fett 75,4g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 3, 5	Allergene: a, d, g, i, l, a1, a3		Zusatzstoffe:	Allergene: a, c, g, i, a1		Zusatzstoffe:	Allergene: a, c, g, a1	
Samstag, 03.08.2019	Linseneintopf mit Kasslerfleisch	491,2 kcal 2043,7 kj 9,1 BE 23,7g Eiweiß 27,3g Fett 35,3g KH	kleines Menü	Vanille Grießbrei mit Fruchtcocktail	396,5 kcal 1609,4 kj 7,8 BE 11,3g Eiweiß 11,5g Fett 61,3g KH	kleines Menü	Spargelcremesuppe mit Kräutercroutons	29,8 kcal 123,8 kj 1,1 BE 0,7g Eiweiß 1,9g Fett 2,2g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 2, 3, 8	Allergene: g, h, i, h1, h7		Zusatzstoffe: 1	Allergene: a, g, a1		Zusatzstoffe:	Allergene: a, g, a1	
Sonntag, 04.08.2019	Spißbraten an Rahmsoße, mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln	621,5 kcal 2576,2 kj 19,3 BE 38,5g Eiweiß 30,3g Fett 46,1g KH	kleines Menü	Spißbraten an Rahmsoße, mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln	621,5 kcal 2576,2 kj 19,3 BE 38,5g Eiweiß 30,3g Fett 46,1g KH	kleines Menü	Gemüsefrikadelle mit Salzkartoffeln	472,2 kcal 1949,1 kj 9,5 BE 20g Eiweiß 24,7g Fett 41,2g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 2, 3	Allergene: a, g, j, a1		Zusatzstoffe: 2, 3	Allergene: a, g, j, a1		Zusatzstoffe: 1, 15	Allergene: a, c, g, h, a4, h3	

Änderungen vorbehalten! Zusatzstoffe / Allergene sind enthalten.
Siehe ausgehändigte Zusatzlegende

Bitte den ausgefüllten Plan bis zum 24.07.19 dem Fahrer mitgeben!

Wir wünschen guten Appetit!