

Datum	Menü 1 / Diät		Bitte hier die Menge eintragen	Menü 2		Bitte hier die Menge eintragen	Vegetarisch		Bitte hier die Menge eintragen
Montag, 04.01.2021	Kleine Schweinshaxe auf Bayrisch Kraut mit Kartoffelstampf	687,7 kcal	kleines Menü	Bauernfrühstück mit Rührei und Gewürzgurke	405,9 kcal	kleines Menü	Salatteller mit Schafskäse und Oliven	199,5 kcal	kleines Menü
		2854,4 kj			1693,8 kj			832,7 kj	
		18,2 BE			9,6 BE			6,6 BE	
		37,2g Eiweiß			26,1g Eiweiß			10,7g Eiweiß	
		38,8g Fett			19,5g Fett			11,1g Fett	
		43,9g KH			28,6g KH			13,6g KH	
	Zusatzstoffe: 3, 5		Allergene: a, c, f, g, i, l, a1, a3	Zusatzstoffe: 1, 2, 3		Allergene: c, g	Zusatzstoffe: 2, 3, 5, 6		Allergene: g, l
Dienstag, 05.01.2021	Hackbraten auf gestovten Schwarzwurzeln mit Salzkartoffeln	609,1 kcal	kleines Menü	Pizza "Salami" mit Käse überbacken	655,4 kcal	kleines Menü	Waldpilzragout mit Bandnudeln	365,4 kcal	kleines Menü
		2537 kj			2735,4 kj			1537,1 kj	
		15,7 BE			13,1 BE			4,5 BE	
		28,5g Eiweiß			22,6g Eiweiß			13,6g Eiweiß	
		38,2g Fett			20,9g Fett			10,3g Fett	
		36g KH			91,1g KH			53,8g KH	
	Zusatzstoffe: 1, 3, 8, 15		Allergene: g, j, l	Zusatzstoffe: 2, 3, 17		Allergene: a, g, a1, a3	Zusatzstoffe: 1, 3, 5, 15		Allergene: a, c, g, l, a1
Mittwoch, 06.01.2021	"Züricher" Sahnegeschnetzeltes mit Buttererbsen und Spinalnudeln	696,6 kcal	kleines Menü	Bockwurst mit Kartoffelsalat	540,2 kcal	kleines Menü	Gemüsepfanne mit Weißkohl	188,3 kcal	kleines Menü
		2909,9 kj			2249,8 kj			792,2 kj	
		12,8 BE			15,1 BE			2,6 BE	
		46,6g Eiweiß			15,6g Eiweiß			6,9g Eiweiß	
		23,9g Fett			35,8g Fett			5,9g Fett	
		70,7g KH			37g KH			25,8g KH	
	Zusatzstoffe: 3		Allergene: a, f, g, i, a1, a3	Zusatzstoffe: 2, 3, 5, 8, 17		Allergene: g, j, l	Zusatzstoffe: 1, 4		Allergene: a, g, j, a1
Donnerstag, 07.01.2021	Hähnchenbrustfilet gebraten, an Paprikagemüse mit Salzkartoffeln	773,8 kcal	kleines Menü	"Pichelsteiner" Eintopf mit Würstchen	443,1 kcal	kleines Menü	Pfannkuchen mit Apfelmus	672,8 kcal	kleines Menü
		3224,2 kj			1854 kj			2804,7 kj	
		17,1 BE			13,6 BE			14,2 BE	
		46,2g Eiweiß			20,2g Eiweiß			17,5g Eiweiß	
		45,3g Fett			26,7g Fett			33,9g Fett	
		40,1g KH			29,6g KH			71,6g KH	
	Zusatzstoffe:		Allergene: g, h, h1, h7	Zusatzstoffe: 1, 3		Allergene: a, g, i, a1, a3	Zusatzstoffe:		Allergene: a, c, g, h, a1, h1, h7
Freitag, 08.01.2021	Gebratenes Schollenfilet an Bechamellsoße mit Chinakohlsalat und Salzkartoffeln	684,5 kcal	kleines Menü	Schweinefleisch "süß sauer" mit Curryreis	527,9 kcal	kleines Menü	Nudelaufguss mit Tomate-Mozzarella	529,4 kcal	kleines Menü
		2867,4 kj			2225,3 kj			2221,2 kj	
		10 BE			6,6 BE			12,8 BE	
		24,9g Eiweiß			26,9g Eiweiß			29,3g Eiweiß	
		32,6g Fett			14,9g Fett			21,7g Fett	
		63,5g KH			68,5g KH			52,5g KH	
	Zusatzstoffe:		Allergene: a, d, g, l, a1	Zusatzstoffe: 1		Allergene: g	Zusatzstoffe:		Allergene: a, g, a1
Samstag, 09.01.2021	Steckrübeneintopf mit Kochwurst	681,1 kcal	kleines Menü	Vanille-Grießbrei mit roter Grütze	188,2 kcal	kleines Menü	Champignoncremesuppe mit Croutons	6,6 kcal	kleines Menü
		2847,4 kj			795,3 kj			27,7 kj	
		14,1 BE			1,5 BE			0,2 BE	
		31,8g Eiweiß			1,5g Eiweiß			0,1g Eiweiß	
		30,2g Fett			2,2g Fett			0,3g Fett	
		67g KH			40g KH			0,9g KH	
	Zusatzstoffe: 2, 3		Allergene: a, c, g, i, a1	Zusatzstoffe:		Allergene: a, g, a1	Zusatzstoffe:		Allergene:
Sonntag, 10.01.2021	Rinderroulade mit Butterbohnen und Salzkartoffeln	535,2 kcal	kleines Menü	Rinderroulade mit Butterbohnen und Salzkartoffeln	535,2 kcal	kleines Menü	Blumenkohlbratling mit Butterbohnen und Salzkartoffeln	294,9 kcal	kleines Menü
		2237,6 kj			2237,6 kj			1247,8 kj	
		9,3 BE			9,3 BE			4,4 BE	
		30,6g Eiweiß			30,6g Eiweiß			10,4g Eiweiß	
		19,4g Fett			19,4g Fett			7g Fett	
		56,4g KH			56,4g KH			48,1g KH	
	Zusatzstoffe: 2, 3		Allergene: g, j	Zusatzstoffe: 2, 3		Allergene: g, j	Zusatzstoffe:		Allergene: a, c, f, g, i, a1, a3

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

Bitte den ausgefüllten Plan bis zum 30.12.20 dem Fahrer mitgeben!

Wir wünschen guten Appetit!