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

Speiseplan Harpstedt vom 10.05.21 bis 16.05.21

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, 10.05.2021	Sahnegeschnetzeltes mit Buttererbsen und Salzkartoffeln	595,3 kcal 2492,6 kj 10,3 BE 42g Eiweiß 19,8g Fett 58,6g KH	kleines Menü	Heringstopf mit Äpfeln, Zwiebeln und Bratkartoffeln	279,5 kcal 1164,9 kj 4,8 BE 9,6g Eiweiß 18,6g Fett 18,4g KH	kleines Menü	Bunter Karotteneintopf "vegetarisch"	291,2 kcal 1220,8 kj 4 BE 6,8g Eiweiß 8,9g Fett 42,4g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe:	Allergene: a, f, g, i, a1, a3		Zusatzstoffe: 2, 3, 11	Allergene: c, d, g, j		Zusatzstoffe: 1, 15	Allergene: a, g, i, a1	
Dienstag, 11.05.2021	"Bremer" Labskaus mit Roter Beete,Rührei und Gurke	440,9 kcal 1844,8 kj 8,7 BE 31,2g Eiweiß 22,5g Fett 27,4g KH	kleines Menü	Bockwurst mit Kartoffelsalat	540,2 kcal 2249,9 kj 15,1 BE 15,6g Eiweiß 35,8g Fett 37g KH	kleines Menü	Spaghetti mit Kräuter-Tomatensoße	469,8 kcal 1979,5 kj 7,5 BE 18,8g Eiweiß 13g Fett 68,1g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 1, 2, 3, 4, 9	Allergene: a, c, d, f, g, h, i, j, a1, a3, h3		Zusatzstoffe: 2, 3, 5, 8, 17	Allergene: g, j, l		Zusatzstoffe: 1, 2	Allergene: a, c, g, h, a1, h2	
Mittwoch, 12.05.2021	Putenschnitzel an Rahmsoße mit buntem Salat und Salzkartoffeln	639,5 kcal 2677 kj 11,5 BE 36,1g Eiweiß 31,5g Fett 51,3g KH	kleines Menü	Kartoffel-Bolognese Auflauf mit Salat	515 kcal 2144,7 kj 13,2 BE 22,6g Eiweiß 21,4g Fett 56g KH	kleines Menü	Maultaschen in Gemüsebrühe	440,8 kcal 1854,8 kj 6,4 BE 16,5g Eiweiß 13,2g Fett 63,9g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 17	Allergene: a, f, g, i, a1, a3		Zusatzstoffe: 15	Allergene: a, g, a1		Zusatzstoffe:	Allergene: a, c, g, i, a1	
Donnerstag, 13.05.2021	Hackbraten mit Bohnengemüse und Petersilienkartoffeln	614,6 kcal 2567,7 kj 12,9 BE 33,2g Eiweiß 30,3g Fett 50g KH	kleines Menü	Nudelpfanne mit Hähnchen und Champignons	633,5 kcal 2658,4 kj 12,5 BE 35,2g Eiweiß 22,5g Fett 70,1g KH	kleines Menü	Kaiserschmarrn mit Vanillesoße	1018,1 kcal 4354,7 kj 16,2 BE 35,1g Eiweiß 32,4g Fett 146,1g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe:	Allergene: a, c, g, j, a1		Zusatzstoffe: 17	Allergene: a, c, g, a1		Zusatzstoffe:	Allergene: a, c, g, a1	
Freitag, 14.05.2021	Gebratenes Maischollenfilet an Bechamellsoße mit Chinakohlsalat und Salzkartoffeln	684,5 kcal 2867,4 kj 10 BE 24,9g Eiweiß 32,6g Fett 63,5g KH	kleines Menü	Spiralnudeln mit Sauce Cabonara und Salat	353,7 kcal 1484,4 kj 8,3 BE 11,1g Eiweiß 13,6g Fett 45,8g KH	kleines Menü	Schmorgemüse mit Petersilienkartoffeln	188,3 kcal 792,2 kj 2,6 BE 6,9g Eiweiß 5,9g Fett 25,8g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe:	Allergene: a, d, g, l, a1		Zusatzstoffe: 1, 2, 3, 8	Allergene: a, c, g, h, a1, h3		Zusatzstoffe: 1, 4	Allergene: a, g, j, a1	
Samstag, 15.05.2021	Kartoffel-Lauch Suppe mit Bockwurst	370,1 kcal 1554 kj 4,5 BE 13,8g Eiweiß 10,1g Fett 54,6g KH	kleines Menü	Vanille-Grießbrei mit heißen Kirschen	188,2 kcal 795,3 kj 1,5 BE 1,5g Eiweiß 2,2g Fett 40g KH	kleines Menü	Champignoncremesuppe mit Croutons	6,6 kcal 27,7 kj 0,2 BE 0,1g Eiweiß 0,3g Fett 0,9g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 2, 3, 8	Allergene: g, i		Zusatzstoffe:	Allergene: a, g, a1		Zusatzstoffe:	Allergene:	
Sonntag, 16.05.2021	Spießbraten an Rahmsoße, mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln	606,4 kcal 2535,3 kj 19,5 BE 39g Eiweiß 30,8g Fett 41,2g KH	kleines Menü	Spießbraten an Rahmsoße, mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln	606,4 kcal 2535,3 kj 19,5 BE 39g Eiweiß 30,8g Fett 41,2g KH	kleines Menü	Gebackener Hirtenkäse im Knuspermantel an Gemüse mit Bratnudeln	703 kcal 2943,9 kj 13,3 BE 27g Eiweiß 25,2g Fett 89,3g KH	kleines Menü
	Zusatzstoffe: 2, 3	Allergene: a, g, j, a1		Zusatzstoffe: 2, 3	Allergene: a, g, j, a1		Zusatzstoffe: 2	Allergene: a, c, f, g, a1	

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

Bitte den ausgefüllten Plan bis zum 05.05.21 dem Fahrer mitgeben!

Wir wünschen guten Appetit!