

Datum	Menü 1		Bitte hier die Menge eintragen	Menü 2		Bitte hier die Menge eintragen	Vegetarisch		Bitte hier die Menge eintragen
Montag, 18.10.2021	Wirsingroulade an Rahmsoße mit Salzkartoffeln	593,3 kcal	kleines Menü	Bremer Knipp mit Kartoffeln und Kürbis	365,6 kcal	kleines Menü	Waldpilzragout mit Bandnudeln	392,5 kcal	kleines Menü
		2466,6 kj			1534,6 kj			1657,2 kj	
		3 g Salz			2,3 g Salz			3 g Salz	
		17g Eiweiß			13,1g Eiweiß			13,3g Eiweiß	
		35,4g Fett			16,8g Fett			11,4g Fett	
		48,8g KH			40,1g KH			58,3g KH	
	Zusatzstoffe: 1		Allergene: a, f, g, i, a1, a3	Zusatzstoffe: 4		Allergene: a, g	Zusatzstoffe: 1, 3, 5, 15		Allergene: a, c, g, i, a1
Dienstag, 19.10.2021	Putengulasch in Curryrahm, mit Früchten und Spiralnudeln	543,9 kcal	kleines Menü	Bohnenpfanne mit Kartoffeln und Schinkenwürfel	515 kcal	kleines Menü	Kartoffel-Gratin mit Gurkensalat und Schmand	429,3 kcal	kleines Menü
		2273,2 kj			2144,7 kj			1792,3 kj	
		1,5 g Salz			4,8 g Salz			1,9 g Salz	
		30,4g Eiweiß			22,6g Eiweiß			8,3g Eiweiß	
		17,6g Fett			21,4g Fett			24,5g Fett	
		64,9g KH			56g KH			42,7g KH	
	Zusatzstoffe: 1		Allergene: a, g, h, a1, h3	Zusatzstoffe: 15		Allergene: a, g, a1	Zusatzstoffe: 3, 5		Allergene: a, g, i, j, l, a1
Mittwoch, 20.10.2021	Königsberger Klopse in Kapernsoße, mit Kartoffeln und Roter Beete	529,5 kcal	kleines Menü	Gulaschsuppentopf mit Brotbeilage	353,8 kcal	kleines Menü	Spaghetti mit Rahmspinat	399,1 kcal	kleines Menü
		2208,3 kj			1488 kj			1674,6 kj	
		1,7 g Salz			1,1 g Salz			1,9 g Salz	
		34,3g Eiweiß			24,5g Eiweiß			14g Eiweiß	
		32,2g Fett			10,6g Fett			13,2g Fett	
		24,8g KH			38,4g KH			53,4g KH	
	Zusatzstoffe: 15		Allergene: a, c, g, j, a1	Zusatzstoffe: 15		Allergene: a, g, a1	Zusatzstoffe:		Allergene: a, c, f, g, a1
Donnerstag, 21.10.2021	"Bremer" Labskaus mit Roter Beete,Spiegelei und Gurke	440,9 kcal	kleines Menü	Nürnberger Würstchen mit buntem Nudelsalat	698,6 kcal	kleines Menü	Eierragout mit Spargel, Erbsen, Pilze und Salzkartoffeln	460,5 kcal	kleines Menü
		1844,8 kj			2906 kj			1930,1 kj	
		5,4 g Salz			3,1 g Salz			2,1 g Salz	
		31,2g Eiweiß			23,9g Eiweiß			18,6g Eiweiß	
		22,5g Fett			48,9g Fett			18,7g Fett	
		27,4g KH			39,5g KH			53g KH	
	Zusatzstoffe: 1, 2, 3, 4, 9		Allergene: a, c, d, f, g, h, i, j, a1, a3, h3	Zusatzstoffe: 15		Allergene: a, c, g, a1	Zusatzstoffe:		Allergene: c, g
Freitag, 22.10.2021	Seelachs in Kartoffelkruste, Kopfsalat in Sahne, Dillkartoffeln	581,9 kcal	kleines Menü	Gebackener Leberkäse mit Kartoffelpüree	840,8 kcal	kleines Menü	Gebackene Frühlingsrolle mit Reisbeilage	452,9 kcal	kleines Menü
		2433,9 kj			3490,7 kj			1910,4 kj	
		3,6 g Salz			1,3 g Salz			4,5 g Salz	
		22g Eiweiß			27,7g Eiweiß			9,6g Eiweiß	
		30,5g Fett			65,1g Fett			11,7g Fett	
		45,9g KH			35,1g KH			75,4g KH	
	Zusatzstoffe: 1, 3, 5, 15		Allergene: a, c, d, g, h, l, a1, h2	Zusatzstoffe: 3, 5, 15		Allergene: a, c, f, g, i, l, a1, a3	Zusatzstoffe:		Allergene: a, c, g, a1
Samstag, 23.10.2021	Kartoffel-Lauch Suppe mit Bockwurst	370,1 kcal	kleines Menü	Milchreis mit Ananaswürfel	228,5 kcal	kleines Menü	Champignoncremesuppe mit Croutons	6,6 kcal	kleines Menü
		1554 kj			968,2 kj			27,7 kj	
		1,7 g Salz			281,4 mg Salz			158,1 mg Salz	
		13,8g Eiweiß			8,3g Eiweiß			0,1g Eiweiß	
		10,1g Fett			2,6g Fett			0,3g Fett	
		54,6g KH			43,2g KH			0,9g KH	
	Zusatzstoffe: 2, 3, 8		Allergene: g, i	Zusatzstoffe:		Allergene: g	Zusatzstoffe:		Allergene:
Sonntag, 24.10.2021	Spießbraten an Rahmsoße, mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln	606,4 kcal	kleines Menü	Spießbraten an Rahmsoße, mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln	606,4 kcal	kleines Menü	Gemüsefrikadelle mit Salzkartoffeln	453,4 kcal	kleines Menü
		2535,3 kj			2535,3 kj			1893 kj	
		4,6 g Salz			4,6 g Salz			2,7 g Salz	
		39g Eiweiß			39g Eiweiß			20,4g Eiweiß	
		30,8g Fett			30,8g Fett			25,3g Fett	
		41,2g KH			41,2g KH			35g KH	
	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 ausgehängte Zusatzlegende

Bitte den ausgefüllten Plan bis zum 13.10.21 dem Fahrer mitgeben!

Wir wünschen guten Appetit!