








# Speiseplan

## AHZ - Robert-Krekel-Haus/Konrad Arndt

### 40. WOCHE vom 01.10.2018 bis 07.10.218



	Menü 1		Menü 2	
<b>Montag</b> 01.10.18 	Blumenkohlcremesuppe <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Bratwurst Kartoffelsalat <small>M,Me,La</small> Senf <small>S,Sn</small> Pflaumenkompott <small>03</small>	Energie (kcal): 760 Energie (kJ): 3168 Fett (g): 45,7 Kohlenhydrate (g): 59,1 Eiweiß (g): 21,8	Blumenkohlcremesuppe <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Topfenknödel <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small> mit Vanillesauce <small>G,G1,M,Me,La</small> Pflaumenkompott <small>03</small>	Energie (kcal): 652 Energie (kJ): 2739 Fett (g): 25,1 Kohlenhydrate (g): 85,8 Eiweiß (g): 17,6
<b>Dienstag</b> 02.10.18 	Bio Flädle Gemüsebouillon <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small> Mini Haxe Bayrischkraut <small>M,Me,La</small> Kartoffelpüree <small>M,Me,La</small> Senf <small>S,Sn</small> Banane	Energie (kcal): 773 Energie (kJ): 3223 Fett (g): 41,5 Kohlenhydrate (g): 58,5 Eiweiß (g): 35	Bio Flädle Gemüsebouillon <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small> Ofenkartoffel mit Kräuterquark <small>M,Me,La</small> Mischsalat mit Dressing Banane	Energie (kcal): 493 Energie (kJ): 2062 Fett (g): 22 Kohlenhydrate (g): 47,5 Eiweiß (g): 20,9
<b>Tag der Deutschen Einheit</b> Mittwoch 03.10.18 	Karottencremesuppe <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Hähnchenbrustfilet "naturell" auf mediterranem Gemüse Langkornreis Tomatensoße <small>G,G1</small> Creme "Bayrische Art" <small>M,Me,La</small>	Energie (kcal): 627 Energie (kJ): 2628 Fett (g): 27,6 Kohlenhydrate (g): 59,9 Eiweiß (g): 28,1	Karottencremesuppe <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Blumenkohl-Kartoffelrösti <small>Ei,M,Me,La</small> Salzkartoffeln Sauce Hollandaise <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Creme "Bayrische Art" <small>M,Me,La</small>	Energie (kcal): 351 Energie (kJ): 1469 Fett (g): 13,7 Kohlenhydrate (g): 38,3 Eiweiß (g): 13,7
<b>Donnerstag</b> 04.10.18 	Tomatencremesuppe <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Westfälisches-Zwiebelfleisch in Cremesoße <small>G,G1,M,Me,La,S,Sn</small> Kartoffelrösti Krautsalat <small>03</small> Caramelpudding <small>G,E,M,Me,La,Sf</small>	Energie (kcal): 658 Energie (kJ): 2757 Fett (g): 30,9 Kohlenhydrate (g): 65,8 Eiweiß (g): 25,3	Tomatencremesuppe <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Nudel-Brokkoliauflauf <small>G,G1,M,Me,La</small> Helle Rahmsoße <small>G,G1,M,Me,La</small> Endiviensalat mit Essig Öldressing Caramelpudding <small>G,E,M,Me,La,Sf</small>	Energie (kcal): 675 Energie (kJ): 2831 Fett (g): 28,6 Kohlenhydrate (g): 81,8 Eiweiß (g): 20,4
<b>Freitag</b> 05.10.18 	Gemüsesuppe mit Muschelnudeln <small>G,G1,S</small> paniertes Schollenfilet <small>G,G1,Ei</small> Kräuterdip <small>M,Me,La</small> Petersilienkartoffeln bunter Mischsalat mit Dressing Banane	Energie (kcal): 763 Energie (kJ): 3206 Fett (g): 26 Kohlenhydrate (g): 98,5 Eiweiß (g): 26,2	Gemüsesuppe mit Muschelnudeln <small>G,G1,S</small> Sojaschnitzel mit Paprika Topping <small>G,G1,Sb</small> Polenta -Rauten <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small> bunter Mischsalat mit Dressing Banane	Energie (kcal): 893 Energie (kJ): 3737 Fett (g): 42,2 Kohlenhydrate (g): 97,7 Eiweiß (g): 24,8
<b>Samstag</b> 06.10.18 	"Sächsische Kartoffelsuppe" mit Wienerwürstchen <small>M,Me,La,S,Sn</small> Vollkornbrot <small>G,G1,G3,G4</small> Fruchtojoghurt Pfirsich-Maracuja <small>M,Me,La</small>	Energie (kcal): 465 Energie (kJ): 1935 Fett (g): 29,4 Kohlenhydrate (g): 29,8 Eiweiß (g): 16,5	Grüner Bohneneintopf Fruchtojoghurt Pfirsich-Maracuja <small>M,Me,La</small>	Energie (kcal): 470 Energie (kJ): 1990 Fett (g): 5,1 Kohlenhydrate (g): 88,7 Eiweiß (g): 15,4
<b>Sonntag</b> 07.10.18 	Gelbe Gemüsesuppe <small>M,Me,La,S</small> Boeuf "Stroganoff" Rindergeschnetzeltes <small>G,G1,M,Me,La,S,Sn</small> Spätzle <small>G,G1,Ei</small> Feldsalat und Himbeerdressing Weintrauben	Energie (kcal): 824 Energie (kJ): 3450 Fett (g): 40 Kohlenhydrate (g): 71,2 Eiweiß (g): 36,7	Gelbe Gemüsesuppe <small>M,Me,La,S</small> Kartoffel-Gemüse-Pfanne <small>G,G1,M,Me,La,S</small> vegetarische Soße "Stroganoff" <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Feldsalat und Himbeerdressing Weintrauben	Energie (kcal): 412 Energie (kJ): 1726 Fett (g): 14,4 Kohlenhydrate (g): 52,6 Eiweiß (g): 8,6

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor.

Guten Appetit wünscht Ihnen Ihr Verpflegungsteam!  
 "Essen hält Leib und Seele zusammen"