









# Speiseplan

AHZ - Robert-Krekel-Haus/Konrad Arndt

44. WOCHE

vom 29.10.2018 bis 04.11.2018



	Menü 1		Menü 2	
 <b>Montag</b> 29.10.18	Gemüsebrühe mit Flädle <small>S,G,G1</small> Feine Bratwurst Erbsengemüse Kartoffelpüree <small>M,Me,La</small> Apfelkompott <small>03</small>	Energie (kcal): 3059 Energie (kJ): 742 Fett (g): 41,5 Kohlenhydrate (g): 66,1 Eiweiß (g): 20,1	Gemüsebrühe mit Flädle <small>S,G,G1</small> Bio-Spätzle-Gemüsepfanne <small>G,G1,Ei,S</small> Hausgemachter Gurkensalat Apfelkompott <small>03</small>	Energie (kcal): 2574 Energie (kJ): 612 Fett (g): 15,1 Kohlenhydrate (g): 90,9 Eiweiß (g): 19,8
 <b>Dienstag</b> 30.10.18	Champignoncremesuppe <small>G,G1,M,Me,La,S</small> paniertes Schollenfilet <small>G,G1,Fi,M,Me,La</small> aus nachhaltiger Fischwirtschaft Remouladendip <small>M,Me,La</small> Kartoffelsalat natur Birne	Energie (kcal): 3574 Energie (kJ): 853 Fett (g): 39,7 Kohlenhydrate (g): 90,7 Eiweiß (g): 27,6	Champignoncremesuppe <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Blumenkohlrösti <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Herzhafte Käsesoße <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Gnocchi <small>G,G1</small> Birne	Energie (kcal): 2944 Energie (kJ): 700 Fett (g): 21,1 Kohlenhydrate (g): 101,3 Eiweiß (g): 19,8
 <b>Mittwoch</b> 31.10.18	Gemüsebrühe mit Brunoise <small>s</small> Hähnchenbrustfilet "Natur" gebraten Langkornreis Kohlrabi-Karottengemüse in Soße <small>M,Me,La</small> Pfirsichfruchtjoghurt <small>M,Me,La</small>	Energie (kcal): 1847 Energie (kJ): 439 Fett (g): 4,8 Kohlenhydrate (g): 65,1 Eiweiß (g): 33	Gemüsebrühe mit Brunoise <small>s</small> Kräuterquark <small>M,Me,La</small> Salzkartoffeln Pfirsichfruchtjoghurt <small>M,Me,La</small>	Energie (kcal): 1207 Energie (kJ): 289 Fett (g): 6,6 Kohlenhydrate (g): 41,1 Eiweiß (g): 14,9 <b>G,G1,S</b>
 <b>Donnerstag</b> 01.11.18	Tomatencremesuppe <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Capelletti in Käsesoße <small>Ei,M,Me,La,S</small> mit Parmesankäse <small>M,Me,La</small> gemischter Eisbergsalat mit Himbeerdressing Capuccinocrema <small>M,Me,La</small>	Energie (kcal): 4747 Energie (kJ): 1139 Fett (g): 73,3 Kohlenhydrate (g): 64,4 Eiweiß (g): 50,1	Tomatencremesuppe <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Gabel Spaghetti <small>G,G1</small> mit Tomaten Zucchiniwürfel Parmesankäse <small>M,Me,La</small> gemischter Eisbergsalat mit Himbeerdressing Capuccinocrema <small>M,Me,La</small>	Energie (kcal): 3939 Energie (kJ): 944 Fett (g): 58,7 Kohlenhydrate (g): 57,3 Eiweiß (g): 43,7
 <b>Freitag</b> 02.11.18	Gemüsebrühe mit Julien und Eierstich <small>Ei S</small> Alaska Seelachschnitte in Zitronen Kräutersoße <small>G,G1,Fi,M,Me,La,S</small> Gemüse "Leipziger Allerlei" Petersilienkartoffeln Banane	Energie (kcal): 2054 Energie (kJ): 489 Fett (g): 9,5 Kohlenhydrate (g): 65,9 Eiweiß (g): 28,7	Gemüsebrühe mit Julien und Eierstich <small>Ei S</small> Kürbis-Kartoffelstampf <small>M,Me,La</small> gemischter Blattsalat mit Essig-Öldressing Banane	Energie (kcal): 1487 Energie (kJ): 354 Fett (g): 11 Kohlenhydrate (g): 51,5 Eiweiß (g): 6,9
  <b>Samstag</b> 03.11.18	Erbsensuppe "vegetarisch" <small>s</small> mit Wienerwürstchen <b>wahlweise</b> <b>Geflügelwiener</b> Toast <small>G,G1</small> Kirschfruchtjoghurt <small>M,Me,La</small>	Energie (kcal): 2881 Energie (kJ): 666 Fett (g): 29,2 Kohlenhydrate (g): 63,4 Eiweiß (g): 33,5	Möhreintopf "vegetarisch" mit Kartoffelwürfel Toast <small>G,G1</small> Kirschfruchtjoghurt <small>M,Me,La</small>	Energie (kcal): 1552 Energie (kJ): 371 Fett (g): 17,2 Kohlenhydrate (g): 37,5 Eiweiß (g): 9,8
 <b>Sonntag</b> 04.11.18	Hokkaido-Kürbissuppe <small>G,G1,M,Me,La,S,Sn</small> Feiner Tafelspitz in Meerrettichsoße <small>G,G1,M,Me,La,S,Sn</small> Wirsinggemüse Salzkartoffeln Schoko-Vanille-Eis <small>Ei,M,Me,La,Sf</small>	Energie (kcal): 2373 Energie (kJ): 567 Fett (g): 26 Kohlenhydrate (g): 52 Eiweiß (g): 25,9	Hokkaido-Kürbissuppe <small>G,G1,M,Me,La,S,Sn</small> Bio Spinat Kartoffelgratin <small>M,Me,La,S</small> Sauce Hollandaise <small>G,G1,M,e,La,S</small> Schoko-Vanille-Eis <small>Ei,M,Me,La,Sf</small>	Energie (kcal): 2684 Energie (kJ): 642 Fett (g): 33,9 Kohlenhydrate (g): 63,7 Eiweiß (g): 16,3

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

Guten Appetit wünscht Ihnen Ihr Verpflegungsteam!

"Essen hält Leib und Seele zusammen"