



# Speiseplan

AHZ - Robert-Krekel-Haus/Konrad Arndt

05. WOCHE

vom 30.01.2017 bis 05.02.2017



	Menü 1		Menü 2	
 Montag 30.01.17	Brokkolicremesuppe <sup>(58)</sup> Frikadelle "Kroatia" mit Frischkäsefüllung dazu Tzatziki <sup>(58)</sup> Djuvec-Reis Apfelkompott	Energie (kcal): 742 Energie (kJ): 3114 Fett (g): 28,2 Kohlenhydrate (g): 75 Eiweiß (g): 40,5 <b>Ei,G,G1,La,M,Me,S,Sn</b>	Brokkolicremesuppe <sup>(58)</sup> Mediterranes Gemüse dazu Tzatziki Fladenbrot Apfelkompott	Energie (kcal): 582 Energie (kJ): 2441 Fett (g): 23,3 Kohlenhydrate (g): 70,4 Eiweiß (g): 15,3 <b>Ei,G,G1,La,M,Me,S,Sn</b>
 Dienstag 31.01.17	Jägersuppe Putengulasch in Soße mit Spätzle Erbsen "naturell" Rote Fruchtgrütze	Energie (kcal): 633 Energie (kJ): 2652 Fett (g): 26,9 Kohlenhydrate (g): 69,5 Eiweiß (g): 23 <b>E,Ei,G,G1,La,M,Me,S,Sf</b>	Jägersuppe Gemüsefrikadelle "Hausfrauen Art" Sauerrahmsoße <sup>(58)</sup> Salzkartoffeln, Erbsen Rote Fruchtgrütze	Energie (kcal): 489 Energie (kJ): 2053 Fett (g): 17 Kohlenhydrate (g): 64,9 Eiweiß (g): 14,7 <b>Ei,G,G1,La,Me,S,Sb,Sn</b>
 Mittwoch 01.02.17	Nudelsuppe mit Hühnerfleisch <sup>(58)</sup> gekochte Eier mit Senfsoße <sup>(58)</sup> Salzkartoffeln Rote Betesalat Nusspudding <sup>(58)</sup>	Energie (kcal): 921 Energie (kJ): 3845 Fett (g): 55,2 Kohlenhydrate (g): 64,3 Eiweiß (g): 37,2 <b>Ei,G,G1,La,M,Me,S,Sn</b>	Bio-Reis-Gemüse-Pfanne -vegetarisch- Napolisoße Tomatensalat Nusspudding <sup>(58)</sup>	Energie (kcal): 755 Energie (kJ): 3160 Fett (g): 39,8 Kohlenhydrate (g): 74 Eiweiß (g): 20,8 <b>G,G1,S</b>
 Donnerstag 02.02.17	Karottencremesuppe (58) gekochte Rippchen mit Sauerkraut Kartoffelpüree <sup>(58)</sup> Fruchtquark <sup>(58)</sup>	Energie (kcal): 845 Energie (kJ): 3518 Fett (g): 49,7 Kohlenhydrate (g): 51,7 Eiweiß (g): 39,9 <b>G,G1,La,M,Me,S,Sn</b>	Karottencremesuppe (58) Soja-Gulasch in vegetarischer Rahmsoße <sup>(58)</sup> Kartoffelpüree Salat Fruchtquark <sup>(58)</sup>	Energie (kcal): 491 Energie (kJ): 2056 Fett (g): 17,7 Kohlenhydrate (g): 47,7 Eiweiß (g): 30 <b>Ei,G,G1,La,M,Me,S,Sb,Sn</b>
 Freitag 03.02.17	Flädlesuppe <sup>(58)</sup> gebackenes Fischfilet Remouladensoße <sup>(54,58)</sup> Kartoffelsalat Blattsalat Obstsalat	Energie (kcal): 1017 Energie (kJ): 4264 Fett (g): 40,2 Kohlenhydrate (g): 97 Eiweiß (g): 58,6 <b>Ei,G,G1,La,M,Me,S,Sn</b>	Flädlesuppe <sup>(58)</sup> Grünkernbratling Pikante Currysoße Petersilienkartoffeln Blattsalat Obstsalat	Energie (kcal): 543 Energie (kJ): 2272 Fett (g): 26,5 Kohlenhydrate (g): 55,9 Eiweiß (g): 14,8 <b>Ei,Fi,G,G1,La,M,Me,S,Sn</b>
 Samstag 04.02.17	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch Vollkornbrot Joghurt mit Früchten <sup>(58)</sup>	Energie (kcal): 502 Energie (kJ): 2106 Fett (g): 18,5 Kohlenhydrate (g): 55,3 Eiweiß (g): 21,5 <b>S,Sn</b>	Milchreis mit Apfelmus und Zimt Joghurt mit Früchten <sup>(58)</sup>	Energie (kcal): 532 Energie (kJ): 2254 Fett (g): 6,9 Kohlenhydrate (g): 96,8 Eiweiß (g): 18,2 <b>G,G1,La,M,Me</b>
 Sonntag 05.02.17	Minestrone "vegetarisch" Hähnchenfilet in Rahmsoße Spätzle Rosenkohl Schoko-Vanille-Eis	Energie (kcal): 605 Energie (kJ): 2547 Fett (g): 21,4 Kohlenhydrate (g): 71,7 Eiweiß (g): 28,3 <b>Ei,G,G1,La,M,Me,S</b>	Minestrone "vegetarisch" Bio-Spätzle-Gemüse-Pfanne Tomatensoße Blattsalat Schoko-Vanille-Eis	Energie (kcal): 654 Energie (kJ): 2751 Fett (g): 20,2 Kohlenhydrate (g): 87,5 Eiweiß (g): 22,8 <b>Ei,G,G1,La,M,Me,S</b>

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

Guten Appetit wünscht Ihnen Ihr Verpflegungsteam!

"Essen hält Leib und Seele zusammen"