











Speiseplan

AHZ - Robert-Krekel-Haus/Konrad Arndt

39. WOCHE

vom 26.09.2016 bis 02.10.2016



	Menü 1		Menü 2	
 Montag 26.09.16 	Brokkolicremesuppe ⁽⁵⁸⁾ Frikadelle "Kroatia" mit Frischkäsefüllung dazu Tzatziki ⁽⁵⁸⁾ Djuvec-Reis Apfelkompott	Energie (kcal): 742 Energie (kJ): 3114 Fett (g): 28,2 Kohlenhydrate (g): 75 Eiweiß (g): 40,5 Ei,G,G1,La,M,Me,S,Sn	Brokkolicremesuppe ⁽⁵⁸⁾ Mediteranes Gemüse dazu Tzatziki Fladenbrot Apfelkompott	Energie (kcal): 582 Energie (kJ): 2441 Fett (g): 23,3 Kohlenhydrate (g): 70,4 Eiweiß (g): 15,3 Ei,G,G1,La,M,Me,S,Sn
Dienstag 27.09.16 	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 E,Ei,G,G1,La,M,Me,S,Sf	Jägersuppe Gemüsefrikadelle "Hausfrauen Art" Sauerrahmsoße ⁽⁵⁸⁾ Salzkartoffeln, Erbsen Rote Fruchtgrütze	Energie (kcal): 489 Energie (kJ): 2053 Fett (g): 17 Kohlenhydrate (g): 64,9 Eiweiß (g): 14,7 Ei,G,G1,La,Me,S,Sb,Sn
Mittwoch 28.09.16 	Nudelsuppe mit Huhnfleisch ⁽⁵⁸⁾ gekochte Eier mit Frankfurter "Grüne Soße" ⁽⁵⁸⁾ Salzkartoffeln Nusspudding ⁽⁵⁸⁾	Energie (kcal): 1059 Energie (kJ): 4409 Fett (g): 71,7 Kohlenhydrate (g): 61,7 Eiweiß (g): 36,3 G,G1,S	Bio-Reis-Gemüse-Pfanne -vegetarisch- Napolisoße Tomatensalat Nusspudding ⁽⁵⁸⁾	Energie (kcal): 755 Energie (kJ): 3160 Fett (g): 39,8 Kohlenhydrate (g): 74 Eiweiß (g): 20,8 G,G1,S
Donnerstag 29.09.16 	Karottencremesuppe (58) Hähnchenkeule mit pikanter Soße Rösti Salat Fruchtquark ⁽⁵⁸⁾	Energie (kcal): 808 Energie (kJ): 3377 Fett (g): 43,9 Kohlenhydrate (g): 45 Eiweiß (g): 54,1 Ei,G,G1	Karottencremesuppe (58) Soja-Gulasch in vegetarischer Rahmsoße ⁽⁵⁸⁾ Kartoffelpüree Salat Fruchtquark ⁽⁵⁸⁾	Energie (kcal): 491 Energie (kJ): 2056 Fett (g): 17,7 Kohlenhydrate (g): 47,7 Eiweiß (g): 30 Ei,G,G1,La,M,Me,S,Sb,Sn
Freitag 30.09.16 	Flädlesuppe ⁽⁵⁸⁾ Tilapiafilet naturell Pikante Currysoße Petersilienkartoffeln Endiviensalat Obstsalat	Energie (kcal): 508 Energie (kJ): 2127 Fett (g): 22 Kohlenhydrate (g): 48,7 Eiweiß (g): 23,2 Ei,Fi,G,G1,La,M,Me,S,Sn	Flädlesuppe ⁽⁵⁸⁾ Grünkernbratling Pikante Currysoße Petersilienkartoffeln Endiviensalat Obstsalat	Energie (kcal): 543 Energie (kJ): 2272 Fett (g): 26,5 Kohlenhydrate (g): 55,9 Eiweiß (g): 14,8 Ei,Fi,G,G1,La,M,Me,S,Sn
Samstag 01.10.16 	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch Vollkornbrot Joghurt mit Früchten ⁽⁵⁸⁾	Energie (kcal): 502 Energie (kJ): 2106 Fett (g): 18,5 Kohlenhydrate (g): 55,3 Eiweiß (g): 21,5 S,Sn	Milchreis mit Apfelmus und Zimt Joghurt mit Früchten ⁽⁵⁸⁾	Energie (kcal): 532 Energie (kJ): 2254 Fett (g): 6,9 Kohlenhydrate (g): 96,8 Eiweiß (g): 18,2 La,M,Me
Sonntag 02.10.16 	Minestrone "vegetarisch" Hähnchenfilet "Gärtnerin Art" in Rahmsoße Spätzle Blattsalat Schoko-Vanille-Eis	Energie (kcal): 605 Energie (kJ): 2547 Fett (g): 21,4 Kohlenhydrate (g): 71,7 Eiweiß (g): 28,3 Ei,G,G1,La,M,Me,S	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 Ei,G,G1,La,M,Me,S

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

Guten Appetit wünscht Ihnen Ihr Verpflegungsteam!

"Essen hält Leib und Seele zusammen"