










# Speiseplan

AHZ - Robert-Krekel-Haus/Konrad Arndt

40. WOCHE

vom 02.10.2017 bis 08.10.2017



	Menü 1		Menü 2	
<b>Montag</b> 02.10.17 	Minestrone "vegetarisch" G,G1,S Rinderfrikadellen auf Kohlrabigemüse mit Tomate und Rucola G,G1,Ei,M,Me,La,S Salzkartoffeln Fruchtojoghurt Pfirsich-Maracuja M,Me,La	Energie (kcal): 654 Energie (kJ): 2733 Fett (g): 34,1 Kohlenhydrate (g): 56 Eiweiß (g): 25	Minestrone "vegetarisch" G,G1,S Vegetarische Bolognese G,G1,G3,S Gabel Spaghetti G,G1 Fruchtojoghurt Pfirsich-Maracuja M,Me,La	Energie (kcal): 430 Energie (kJ): 1816 Fett (g): 5,5 Kohlenhydrate (g): 75,6 Eiweiß (g): 14,9
<b>Dienstag</b> 03.10.17 	Brokkolicremesuppe G,G1,M,Mer,La,S Hähnchengyros mit Zwiebeln Tzaziki M,Me,La Langkornreis Eisberg-Tomatensalat mit Dressing Apfelmus G,E,M,Me,La,Sf	Energie (kcal): 586 Energie (kJ): 2472 Fett (g): 13,6 Kohlenhydrate (g): 77,1 Eiweiß (g): 35,6	Brokkolicremesuppe G,G1,M,Mer,La,S Bio Tortelloni-Spinat- Auflauf G,G1,Ei,M,Me,La,S Bio Tomatensoße G,G1,M,Me,La,S Mischsalat mit Dressing Apfelmus G,E,M,Me,La,Sf	Energie (kcal): 637 Energie (kJ): 2665 Fett (g): 32,8 Kohlenhydrate (g): 64,4 Eiweiß (g): 16,4
<b>Mittwoch</b> 04.10.17 	Gemüsesuppe mit Maultaschen G,G1,S Schlachtplatte mit Eisbeinfleisch und Blutwurst auf Sauerkraut G,G1,G3, Kartoffelpüree M,Me,La Obstsalat	Energie (kcal): 586 Energie (kJ): 2472 Fett (g): 13,6 Kohlenhydrate (g): 77,1 Eiweiß (g): 35,6	Gemüsesuppe mit Maultaschen G,G1,S Vegetarisches Chili G,G1,G3 in milder Käsesoße M,Me,La Fladenbrot G,G1,G5 Eisberg-Tomatensalat mit Dressing Obstsalat	Energie (kcal): 717 Energie (kJ): 3012 Fett (g): 16 Kohlenhydrate (g): 88,6 Eiweiß (g): 41,3
<b>Donnerstag</b> 05.10.17 	Minestrone "vegetarisch" G,G1,S Pizragout nach "Jäger Art" G,G1,M,Me,La,S mit Serviettenknödel G,G1,Ei,M,Me,La Endiviensalat mit Dressing Banane	Energie (kcal): 654 Energie (kJ): 2733 Fett (g): 34,1 Kohlenhydrate (g): 56 Eiweiß (g): 25	Minestrone "vegetarisch" G,G1,S Kaiserschmarrn G,G1,Ei,M,Me,La Vanillesoße G,G1,M,Me,La Banane	Energie (kcal): 845 Energie (kJ): 3547 Fett (g): 33 Kohlenhydrate (g): 105,2 Eiweiß (g): 27,5
<b>Freitag</b> 06.10.17 	Kürbis-Kokos Suppe nach "Thai Art" G,G1,S Kap-Seehechtfilet paniert G,G1,Fi Remouladensoße M,Me,La Kartoffelsalat "natur" Wassermelone	Energie (kcal): 899 Energie (kJ): 3759 Fett (g): 51,1 Kohlenhydrate (g): 84,6 Eiweiß (g): 20,9	Kürbis-Kokos Suppe nach "Thai Art" G,G1,S Bio Gemüse-Kartoffel-Rösti G,G1,Sb,M,Me,La,S Remouladensoße M,Me,La Endiviensalat mit Dressing Wassermelone	Energie (kcal): 695 Energie (kJ): 2896 Fett (g): 44,7 Kohlenhydrate (g): 55,5 Eiweiß (g): 12
<b>Samstag</b> 07.10.17 	Linseneintopf s mit Wienerwürstchen Vollkornbrötchen G,G1,G3,G4 Erdbeeren	Energie (kcal): 672 Energie (kJ): 2812 Fett (g): 29,9 Kohlenhydrate (g): 64,9 Eiweiß (g): 27,8	Bio Kartoffel-Möhren-Eintopf s Vollkornbrötchen G,G1,G3,G4 Erdbeeren	Energie (kcal): 396 Energie (kJ): 1659 Fett (g): 12,9 Kohlenhydrate (g): 54,8 Eiweiß (g): 7,2
<b>Sonntag</b> 08.10.17 	Gelbe Gemüsesuppe M,Me,La,S Schweineschnitzel paniert G,G1 Spargelgemüse in Sauce Hollandaise G,G1,M,Me,La Petersilienkartoffeln Vanille-Erdbeereisbecher Ei,M,Me,La,Sf	Energie (kcal): 641 Energie (kJ): 2684 Fett (g): 30,8 Kohlenhydrate (g): 61,1 Eiweiß (g): 24	Gelbe Gemüsesuppe M,Me,La,S Omelette mit Gemüsefüllung G,G1,Ei,M,Me,La Kartoffelgratin M,Me,La Bio Käsesoße G,G1,M,Me,La,S Vanille-Erdbeereisbecher Ei,M,Me,La,Sf	Energie (kcal): 683 Energie (kJ): 2850 Fett (g): 41,4 Kohlenhydrate (g): 51,4 Eiweiß (g): 22,5

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

Guten Appetit wünscht Ihnen Ihr Verpflegungsteam!

"Essen hält Leib und Seele zusammen"