









































Speiseplan vom 17.10. - 23.10.2022

	Zwischenmahlzeit 1	Zwischenmahlzeit 2	Mittags-Menü 1	Mittags-Menü 2	Mittags-Menü 3	Mittags-Menü XXL	Vesper
Montag	Kürbiscremesuppe A,A1,G, mit Kürbiskernen, Vollkornbrot A,A1,A2,J, frisches Obst 284 kcal Kh. 36.46 g  Ew. 4.99 g Fett 12.71 g	1 Schb. Mischbrot A,A1,A2, 1 Scheiben Knäckebrot A,A2,A3, Butter G, 1 Schb. Gouda G, Pflaumenmus, frisches Obst 514 kcal Kh. 56.88 g  Ew. 10.92 g Fett 24.59 g	Balkanspieß, Paprikasauce G, Vollkorn-Naturreis&Wildreis, Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J, Apfelmus, Vanille-Sauce G 898 kcal Kh. 153.40 g  Ew. 35.90 g Fett 38.88 g	Gnocchi A ,A1,C, Spinatsauce A ,G, gebratene Hähnchenbruststreifen, Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J, Apfelmus, Vanille-Sauce G 817 kcal Kh. 38.13 g  Ew. 33.89 g Fett 20.59 g	Hirse-Käse-Schnitte A ,A1,C,G,I, Kressesauce A ,A1,G, Gnocchis C, Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J, Apfelmus, Vanille-Sauce G 887 kcal Kh. 106.76 g  Ew. 19.80 g Fett 39.91 g	Balkanspieß XXL, Paprikasauce G, Vollkorn-Naturreis&Wildreis, Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J, Apfelmus, Vanille-Sauce G 1187 kcal Kh. 213.40 g  Ew. 58.40 g Fett 58.38 g	Vital-Fit Mehrkornbrot A ,A1,A2,A3,A4, Butter G, geräucherte Putenbrust, Eischeiben, Multivitaminasaft 357 kcal Kh. 42.70 g  Ew. 18.89 g Fett 13.65 g
Dienstag	Eierpfannkuchen A,A1,C,G, mit Apfelmus 1.,3. 209 kcal Kh. 28.80 g  Ew. 8.76 g Fett 6.00 g	1 Stück Kürbiskernbrötchen A,A1,A2,A3,A4, Geflügelbierschinken, Butter G, Erdbeerkonfitüre 480 kcal Kh. 46.30 g  Ew. 13.87 g Fett 25.33 g	Paniertes Kaphechtfilet A,A1,D, Dillsauce, Bio-Langkorn-Reis, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Vanille-Eis G,3. 530 kcal Kh. 36.56 g  Ew. 27.82 g Fett 27.84 g	Reiseintopf mit Geflügelfleisch A ,A1, Das volle Kornbrot A ,A1,A2, Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J, Vanille-Eis G,3. 833 kcal Kh. 95.26 g  Ew. 31.11 g Fett 35.32 g	Blumenkohl-Ragout mit Eierstich G, Petersilie, Butterkartoffeln G, Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J, Vanille-Eis G,3. 566 kcal Kh. 66.86 g  Ew. 15.82 g Fett 24.48 g	Paniertes Kaphecht A,A1,D, Dillsauce, Bio-Langkorn-Tomaten-Reis, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Vanille-Eis G,3. 774 kcal Kh. 107.36 g  Ew. 51.72 g Fett 41.29 g	Laugenburger C,F,G,K, Frischkäse G, Rucola, Tomatenscheiben, 1 Scheibe Kochschinken, Vanille-Milch G,3. 437 kcal Kh. 53.21 g  Ew. 20.66 g Fett 15.54 g
Mittwoch	Kartoffeltaschen "Toskana" G, Pesto Rosso-Frischkäse Dip G, Mandarine 359 kcal Kh. 42.99 g Ew. 7.00 g Fett 17.14 g	Laugen-Korn-Gipfel A ,A1,A2,F,G,K, Butter G, 1 Portions- Honig, Mandarine 540 kcal Kh. 56.58 g  Ew. 6.77 g Fett 30.83 g	Spaghetti A,C, vegetarische Gemüsebolognese, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Apfel 684 kcal Kh. 106.20 g  Ew. 19.15 g Fett 12.96 g	Falafel, Sesam-Joghurt- Dip G,K, Rosmarin-Drillinge G, Spinatsalat mit Haselnüssen H, Apfel 617 kcal Kh. 76.67 g  Ew. 14.38 g Fett 24.08 g	Vegetarischer Kohlrabi-Kartoffeleintopf I, Das volle Kornbrot A ,A1,A2, frisches Obst 664 kcal Kh. 75.98 g  Ew. 51.91 g Fett 13.99 g	Kürbis-Falafel, Sesam-Joghurt-Dip G,K, Rosmarin-Drillinge G, Spinatsalat mit Haselnüssen H, Apfel 901 kcal Kh. 99.47 g  Ew. 22.93 g Fett 38.63 g	Fruchtquark mit Mandarine G, Stilles Wasser 120 kcal Kh. 14.20 g  Ew. 5.70 g Fett 4.20 g
Donnerstag	Geflügelkraftbrühe, Eierstich, gefüllte Maultaschen A ,A1,C,I 204 kcal Kh. 22.95 g  Ew. 14.05 g Fett 7.65 g	1 St. Kartoffelbrötchen mit KartoffelpflockenA,A1, Butter G, Lachsschinken, Gurkenscheiben, Tomatenecken 353 kcal Kh. 37.00 g  Ew. 23.12 g Fett 14.75 g	Rinder-Frikadelle A ,A1,C, Bratensauce A ,A1, Holzfäller Gemüse Mischung, Kartoffeln, Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J, Mandarinen-Kompott 606 kcal Kh. 63.12 g  Ew. 30.46 g Fett 31.20 g	Gedünstetes Hoki-Filet D, Joghurt-Senf-Sauce A ,A1,G,I, Gemüsestroh, Petersilienkartoffeln 1., Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J, Mandarinen-Kompott 608 kcal Kh. 71.56 g  Ew. 31.68 g Fett 21.39 g	Spargel-Risotto, Vegetarischer Soja-Gemüse-Spieß F, gebratenen Kirschtomaten, frischer Schnittlauch, Mandarinen-Kompott 640 kcal Kh. 66.20 g  Ew. 9.43 g Fett 6.29 g	Rinder-Frikadelle XXL, Bratensauce A ,A1, Holzfäller Gemüse Mischung, Kartoffeln, Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J, Mandarinen-Kompott 900 kcal Kh. 72.87 g  Ew. 49.21 g Fett 51.20 g	Sesam-Bagel A ,A1,K, Mozzarella G, Tomatenscheiben, Rucola, Butter G, Apfelsaft 535 kcal Kh. 70.40 g  Ew. 15.97 g Fett 20.05 g
Freitag	Kräuterquark G, 1 Stück Kürbiskernbrötchen A ,A1,A2,A3,A4 382 kcal Kh. 38.44 g  Ew. 24.84 g Fett 12.21 g	Chicken Nuggets A ,C,G, Gemüse ketchup F,I, Vollkornbrot A ,A1,A2,J 388 kcal Kh. 25.16 g  Ew. 17.04 g Fett 24.22 g	Gebratene Hähnchenbrust, Peperonata-Gemüse, Kräuterkartoffelpüree G, Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J 457 kcal Kh. 40.75 g  Ew. 31.60 g Fett 17.93 g	Heringsdip D, in Joghurtcreme m. Äpfeln, Zwiebeln G, Kartoffeln, Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J 651 kcal Kh. 33.80 g  Ew. 29.80 g Fett 36.60 g	Oberlausitzer Bohnenschmaus, Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J 414 kcal Kh. 37.60 g  Ew. 6.30 g Fett 14.80 g	Gebratene Hähnchenbrust XXL A ,A1, Peperonata-Gemüse, Kräuterkartoffelpüree G, Salat vom Bufett mit Dressing A ,A1,C,G,J 606 kcal Kh. 43.15 g  Ew. 38.80 g Fett 21.41 g	Vollmilch-Joghurt G, Schoko-Milch G, Banane 384 kcal Kh. 50.46 g  Ew. 14.31 g Fett 13.28 g
Samstag			Schweineschnitzel A,C, Bratensauce A,A1, Mischgemüse A,A1, Petersilienkartoffeln 1., Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Dessert oder Obst 751 kcal Kh. 64.87 g  Ew. 34.15 g Fett 34.82 g	Verpflegungsbeutel für Mittagsmahlzeit (Abholung zwischen 6:00-10:00)	Grießbrei G, mit Sauerkirschen, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Dessert oder Obst 542 kcal Kh. 67.11 g  Ew. 12.46 g Fett 14.63 g	Schweineschnitzel XXL A,A1, Bratensauce A,A1, Mischgemüse A,A1, Petersilienkartoffeln 1., Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Dessert oder Obst 942 kcal Kh. 78.47 g  Ew. 46.15 g Fett 45.22 g	
Sonntag			Nudelaufauf mit Hackfleisch und Gemüse A,A1,C,G, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Dessert oder Obst 767 kcal Kh. 37.00 g  Ew. 39.60 g Fett 41.00 g	Verpflegungsbeutel für Mittagsmahlzeit (Abholung zwischen 6:30-10:00)	Nudelaufauf mit Gemüse und Käse A,A1,C,G, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Dessert oder Obst 816 kcal Kh. 44.00 g  Ew. 32.60 g Fett 48.00 g	Nudelaufauf mit Hackfleisch und Gemüse A,A1,C,G, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Dessert oder Obst 1383 kcal Kh. 72.00 g  Ew. 78.10 g Fett 76.00 g	