

## 16.09.2019 bis 22.09.2019

Dessert

Obst

Dessert

Dessert

Zur Auswahl	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Menü 1</b>	<b>Putenbrustschnitzel</b> (GL-W)	<b>Holzfällersteak</b>	<b>Rindergulasch</b> (GL-W)	<b>Bratwurst</b> (8,SL,S,LA)	<b>Brathering</b> (FI,GL-W)	<b>Kasseler Kotelett</b> (2,3)	<b>Hackbraten</b> (GL-W,S)
	mit Fenchel- Currygemüse (LA) und Kartoffeln	mit gebratenen Zwiebeln und Wedges (GL-W)	mit Kohlrabi und Salzkartoffeln	mit Möhren-Kohlrabigemüse (GL-W,LA) und Salzkartoffeln	sauer eingelegt mit Speckkartoffelpüree (2,3,LA), dazu Rohkost	mit Leipziger Allerlei (LA) und Kartoffelgratin (LA)	mit Erbsengemüse (GL-W,LA) und Salzkartoffeln (2)
Vollkost	Kcal936, EW38,7g, Fett55g, KH117g	Kcal909,EW11,3g,Fett27g,KH179g	Kcal452,EW25,9g,Fett14,6g,HK59,3g	Kcal439,EW1835,Fett17,5g, KH47,7g	Kcal530,EW32,2g,Fett9g,KH60g	Kcal453, EW28,8g, Fett14g, KH56g	Kcal518, EW23,2, Fett24g, KH51g
<b>Menü 2</b>	<b>Kartoffelpuffer</b> (GL-W,EI)	<b>Rührei</b> (EI,LA)	<b>Frühlingsgemüse-eintopf</b> (SL,LA)	<b>Wurstgulasch</b> (2,3,8,S,GL-W)	<b>Schlesische Schmorgurken</b> (LA)	<b>Steckrüben-eintopf</b> (SL)	<b>Gnocchipfanne</b> (EI)
	mit Apfelmus	mit Spinat (LA) und Salzkartoffeln	mit Bockwurst	mit Spirellis (GL-W)	mit Hackfleisch, dazu Reis	mit Kasselerfleisch (2,3)	(Kartoffelklößchen) mit Bohnen, Broccoli und Karotten
Vollkost	Kcal700, EW17,2g, Fett22g, KH107g	Kcal747, EW8,2g, Fett3g, KH50g	Kcal822, EW22,7g, Fett24g, KH96g	Kcal385,EW28g,Fett12g,KH40g	Kcal530,EW32,2g,Fett9g,KH60g	Kcal822, EW22,7g, Fett24g, KH96g	Kcal388,EW13,1g,Fett16g,KH49,6g
<b>Menü 3</b>	<b>Möhren- Ingwer-Suppe</b>	<b>Kartoffelecken</b>	<b>Eierpfannkuchen</b> (GL-W,LA,EI)	<b>Ofengemüse</b>	<b>Kirsch- Quark-Auflauf</b> (1,LA,EI)	<b>Bunte Reispfanne</b>	<b>Kohlrabi-Kartoffelauflauf</b>
	mit Croutons (GL-W,LA)	mit Sauerrahmdip (LA) und Tomatensalat	mit Beerenkompott	mit Fetakäse (LA) und Vollkornbrötchen (GL-versch.)	mit Vanillesoße (1,LA)	(Erbsen, Champignons, Tomaten, Mais)	(2,LA,GL-W)
Kleine Mahlzeit	Kcal260,EW25,3g,Fett9g,KH18g	Kcal886,6, EW18,8g, Fett91,4g, KH69g	Kcal770, EW14,3g, Fett34g, KH89g	Kcal409,EW16,8g,Fett19,4g,KH45,2g	Kcal770, EW14,3g, Fett34g, KH89g	Kcal667,EW26,2g,Fett16,23g,KH107,5g	Kcal283,EW11,4g,Fett10g,KH32,5g
<b>Menü 4</b>	<b>Pasta Salat</b> (GL-W)	<b>Käse-Lauchsalat</b> (1,3,9,GL-W,EI)	<b>Gemischter Salat</b>	<b>Sportlersalat</b>	<b>Gemischter Salat</b>	<b>Chefsalat</b>	<b>Kartoffelsalat</b> (2,LA,S,EI)
	mit grünen Bohnen, Cherrytomaten und zwei Partyfrikadellen (GL-W,EI)	mit Salamistreifen (2,3) auf Blattsalat, dazu Kräuterdressing (SL,S, GL-W)	mit Tomate, Zwiebeln, grünen Bohnen, Ei und Dressing (LA-S)	mit Eisberg, Tomate, Paprika, Gurke, Mais und Dressing (GL-W,EI,S)	mit Katenschinken (2,3) und Croutons (3,GL-W), dazu Kräuterdressing (LA,S)	mit Kochschinken (2,3) und gekochtem Ei (EI,S,SL,LA)	mit zwei halben Eiern
Salatteller	Kcal316, EW9,3g, Fett16g, KH32g	Kcal478, EW24,8g, Fett35g, KH14g	Kcal277, EW27,2g, Fett16g, KH5g	Kcal480, EW16,3g, Fett33g, KH28g	Kcal478, EW24,8g, Fett35g, KH14g	Kcal1652, EW936,9g, Fett64g, KH83g	Kcal199, EW17,5g, Fett18g, KH10g

