



# Speiseplan

14. Dezember 2020 bis 20. Dezember 2020

	Vollkost	Leichte Vollkost*	Vegetarisch
Montag	Hacksteak Zwiebelsauce Wirsinggemüse Salzkartoffeln <i>kcal: 586,3 / F: 27,6 / E: 28,3 / KH: 54,5</i>	Reispfanne mit Kochschinken, Gemüwestreifen & Ei (2) Gärtnerin Sauce <i>kcal: 545,8 / F: 35,9 / E: 12,5 / KH: 43,6</i>	Pellkartoffeln Paprikaquark Gurkensalat <i>kcal: 538,0 / F: 23,6 / E: 16,9 / KH: 61,5</i>
Dessert:		Apfelmus (3)	
Dienstag	Makkaronieauflauf mit Schinken, Gemüse & Käse (2) Tomatensauce <i>kcal: 494,7 / F: 26,8 / E: 22,7 / KH: 39,7</i>	Gemüseintopf mit Kartoffeln, Grießklößchen & Hühnerfleisch <i>kcal: 513,0 / F: 18,6 / E: 22,6 / KH: 61,4</i>	Eierpfannkuchen mit Blaubeerfüllung Vanillesauce <i>kcal: 645,7 / F: 23,9 / E: 18,9 / KH: 87,0</i>
Dessert:		Pfirsichjoghurtcreme	
Mittwoch	Bratwurst Bratensauce Sauerkraut mit Ananas Salzkartoffeln <i>kcal: 565,4 / F: 31,5 / E: 19,4 / KH: 49,9</i>	Putenragout mit chinesischem Gemüse in Curry-Kokossauce Brüheis <i>kcal: 439,3 / F: 20,8 / E: 17,1 / KH: 46,1</i>	Deftiger Zwiebelkuchen (2) Salatgarnitur <i>kcal: 408,1 / F: 17,3 / E: 9,5 / KH: 53,0</i>
Dessert:		Birnen mit Schokoladensauce	
Donnerstag	Hähnchenkeule Rahmsauce Möhrengemüse Salzkartoffeln <i>kcal: 639,1 / F: 33,3 / E: 40,4 / KH: 42,5</i>	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce Möhrengemüse Nudeln <i>kcal: 551,6 / F: 19,3 / E: 45,5 / KH: 46,2</i>	Gemischter Salatteller mit Mozzarella Dressing <i>kcal: 648,0 / F: 41,1 / E: 23,1 / KH: 44,6</i>
Dessert:		Stracciatella Quark	
Freitag	Fischfilet im Backteig Kartoffelsalat mit Ei & Gurke in Joghurt- Mayonnaise <i>kcal: 548,8 / F: 29,1 / E: 23,3 / KH: 47,5</i>	Seehecht gedünstet Dillsauce Salzkartoffeln Bohnensalat <i>kcal: 493,2 / F: 14,5 / E: 31,4 / KH: 57,2</i>	Eierfrikassee mit Spargel, Champignons & Erbsen Salzkartoffeln <i>kcal: 478,7 / F: 20,9 / E: 19,6 / KH: 51,8</i>
Dessert:		Grüne Grütze mit Vanillesauce	
Samstag	Bohneneintopf mit weißen Bohnen, Kartoffeln, Porree, Möhren, Kasselerfleisch <i>kcal: 601,8 / F: 37,2 / E: 19,8 / KH: 46,3</i>	Milchreis mit Butter, Zimt & Zucker Pfirsich- Mandarinstücke <i>kcal: 507,0 / F: 10,1 / E: 12,2 / KH: 88,0</i>	Vegetarischer Grüner Bohneneintopf mit Gemüse <i>kcal: 490,6 / F: 13,2 / E: 11,1 / KH: 78,5</i>
Dessert:		Frischobst	
Sonntag	Hähnchenbrustfilet Bratensauce Rotkohl Salzkartoffeln <i>kcal: 562,9 / F: 29,5 / E: 33,1 / KH: 40,3</i>	Bunte Pilzpfanne mit Lauch in Sahnesauce Rotkohl Salzkartoffeln <i>kcal: 538,7 / F: 36,4 / E: 10,5 / KH: 41,9</i>	
Dessert:		Schokoladenmousse	

Zusatzstoffe: , 2= mit Konservierungsstoff , 3= mit Antioxidationsmittel

(Änderungen vorbehalten)  
\*für Diabetiker geeignet