

KW 19	Menü/Vollkost	Menü/Vegetarisches	Dessert
Montag	Königsberger Klopse mit Kapernsoße und Reis N: 459.17 kcal F: 19.29 g GF: 7.41 g C: 55.16 g Z: 2.20 g P: 16.15 g S: 3.36 g B: 4.59 BE	Pizza Margherita mit Mozzarella und Ruccola N: 810.99 kcal F: 28.07 g GF: 11.22 g C: 101.71 g Z: 11.03 g P: 32.81 g S: 3.40 g B: 8.49 BE	Fliederbeergrütze N: 78.19 kcal F: 1.33 g GF: 0.14 g C: 13.35 g Z: 12.19 g P: 1.87 g S: 0.50 g B: 1.12 BE
Dienstag	Haxenfleisch mit bayrisch Kraut und Salzkartoffeln N: 513.80 kcal F: 27.82 g GF: 10.54 g C: 29.52 g Z: 9.36 g P: 35.40 g S: 2.00 g B: 2.46 BE	Polenta-Schnitte mit Ratatouille und Rucola N: 332.50 kcal F: 22.41 g GF: 7.42 g C: 31.41 g Z: 10.57 g P: 11.08 g S: 2.73 g B: 2.62 BE	Limetten-Buttermilch-Mousse mit Fruchtgelee N: 190.09 kcal F: 9.98 g GF: 6.76 g C: 21.23 g Z: 21.19 g P: 3.15 g S: 0.11 g B: 1.77 BE
Mittwoch	Hähnchen mit Karotten Blumenkohlsalat Apfel-Chutney N: 478.05 kcal F: 25.19 g GF: 6.88 g C: 45.14 g Z: 24.20 g P: 27.26 g S: 1.44 g B: 3.74 BE	Dampfnudel mit Vanillesoße N: 801.12 kcal F: 28.68 g GF: 5.80 g C: 115.89 g Z: 33.60 g P: 18.99 g S: 2.16 g B: 9.66 BE	Obstsalat N: 96.66 kcal F: 0.30 g GF: 0.10 g C: 22.48 g Z: 21.38 g P: 0.50 g S: 0.10 g B: 1.87 BE
Donnerstag	Chili con Carne vom Rind, Sour Cream mit Reis N: 480.63 kcal F: 20.64 g GF: 6.18 g C: 53.82 g Z: 8.24 g P: 18.08 g S: 2.00 g B: 4.48 BE	Senfeier, Kartoffelpüree, Möhren-Apfel-Salat N: 577.94 kcal F: 32.20 g GF: 13.20 g C: 49.94 g Z: 27.02 g P: 21.36 g S: 10.94 g B: 4.16 BE	Nuss Pudding N: 94.80 kcal F: 2.86 g GF: 1.90 g C: 14.31 g Z: 9.23 g P: 2.70 g S: 0.13 g B: 1.19 BE
Freitag	Seelachsfilet mit Kartoffel-Gurkensalat und Limettenmayo N: 729.67 kcal F: 39.96 g GF: 13.75 g C: 70.92 g Z: 6.84 g P: 21.13 g S: 4.00 g B: 5.91 BE	Gefüllte Pfannkuchen mit Blattsalat N: 512.11 kcal F: 27.44 g GF: 6.67 g C: 46.39 g Z: 12.15 g P: 17.89 g S: 3.67 g B: 3.87 BE	Götterspeise N: 58.08 kcal F: 0.00 g GF: 0.00 g C: 13.06 g Z: 13.06 g P: 1.24 g S: 0.00 g B: 1.09 BE
Samstag	Kartoffelsuppe mit Speck N: 238.05 kcal F: 9.10 g GF: 5.61 g C: 32.22 g Z: 5.28 g P: 5.14 g S: 4.19 g B: 2.69 BE	Buchweizensuppe N: 189.15 kcal F: 1.06 g GF: 0.44 g C: 40.87 g Z: 15.08 g P: 3.38 g S: 0.03 g B: 3.40 BE	Obst der Saison N: 60.90 kcal F: 0.05 g GF: 0.02 g C: 14.35 g Z: 13.16 g P: 0.34 g S: 0.00 g B: 1.20 BE
Sonntag	Schinken mit Spargel, Kartoffeln und Hollandaise N: 653.86 kcal F: 55.41 g GF: 19.82 g C: 26.54 g Z: 6.55 g P: 13.59 g S: 2.29 g B: 2.21 BE	Gemüsefrikadelle mit Spargel, Kartoffeln und Hollandaise N: 786.27 kcal F: 59.91 g GF: 19.46 g C: 49.40 g Z: 9.15 g P: 12.89 g S: 2.39 g B: 4.12 BE	Eisbecher N: 214.47 kcal F: 15.40 g GF: 8.85 g C: 16.34 g Z: 15.71 g P: 2.90 g S: 0.09 g B: 1.36 BE

Nährwertangaben pro Portion N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Broteinheit