

Wochenessenplan vom 15.07.2024 bis zum 21.07.2024

Tag	Menü 1	Mediterrane Küche	Menü 3 LVK/Diab.
15.07.2024 Montag	Käsespätzle ^(a,c) mit Gemüstreifen und Röstzwiebeln dazu Sahnesauce ^(a,g,i) und Salat Enth. 3,1 kcal: 624,86 Ew: 22,70 KH: 84,46 Fe: 21,31	Veganes Hacksteak auf Tomaten–Gemüsesauce ^(hi,g,i) und Zartweizen ^(a) Türkischer Joghurt mit Honig ^(hi,g,h) kcal: 640,39 Ew: 22,66 KH: 103,22 Fe: 14,39	Mild gepökelter Schweinerücken ^{(hi)(2)} mit Bratensauce ^(j) , Mischgemüse Kartoffelstampf ^(g) Enth. 2,3,1 kcal: 628,41 Ew: 37,76 KH: 74,49 Fe: 19,08
16.07.2024 Dienstag	Tofu–Gemüse–Curry ^(j) mit Basmatireis und gerösteten Walnüsse ^(j) Buttermilchcreme Mango ^(a,g) kcal: 726,94 Ew: 31,70 KH: 73,04 Fe: 32,70	Gebratener Blumenkohl mit Möhrenstifte, Spinatsauce und Kretische Kartoffeln Joghurtspeise mit Frucht ^(g) kcal: 371,14 Ew: 13,18 KH: 50,05 Fe: 12,47	Gedämpftes Seelachsfilet ^(d) auf Kürbissauce ^(d,g,i) mit dreierlei Kohlrößen und Kartoffel–Dill–Stampf ^(a,g) kcal: 205,90 Ew: 32,92 KH: 8,97 Fe: 4,02
17.07.2024 Mittwoch	Jägerschnitzel (S) ^(a,c) mit Champignonsauce ^(a,hi,g) , Galagemüse und Kroketten ^(a,g) Schokoladenpudding ^(hi,g) kcal: 743,14 Ew: 43,76 KH: 63,71 Fe: 34,47	Gedünstetes Kabeljaufilet ^(hi,d) auf Saisongemüse ⁽ⁱ⁾ , Basilikumsauce ^(a,g) und Kurkumakartoffeln Quark mit Früchten ^(hi,g) kcal: 466,64 Ew: 45,99 KH: 47,45 Fe: 9,31	Grießbrei ^(a,g) mit heißen Früchten und knackigen Salat Schokoladenpudding ^(hi,g) kcal: 597,18 Ew: 15,61 KH: 92,91 Fe: 16,33
18.07.2024 Donnerstag	Kartoffelrösti mit Gemüse und Käse überbacken ^(a,c,g) dazu Kräuter–Käsesauce ^(a,g) Straciatella Creme ^(a,hi,g) kcal: 647,81 Ew: 25,46 KH: 58,06 Fe: 34,56	Rotbarschfilet mit Kirschtomaten und Pinienkernen ^(hi,d,h) , Möhren Pesto und Gemüsereis ⁽ⁱ⁾ Fruchtquark ^(g) kcal: 619,49 Ew: 40,10 KH: 66,26 Fe: 20,95	Putengoulasch mit frischen Champignons ^(hi,g) , zweierlei Karottenscheiben und Gnocchi ^(a,c) Straciatella Creme ^(a,hi,g) kcal: 520,06 Ew: 42,69 KH: 50,37 Fe: 15,63
19.07.2024 Freitag	Eieromelette ^(a,c,g) mit bunter Sahne–Sauce ^(a,g) und und Kartoffelpüree ^(g) , frischer Salat Frisches Obst kcal: 533,83 Ew: 22,32 KH: 36,85 Fe: 32,39	Fischfilet mit Bärlauch–Senfkruste ⁽ⁱ⁾ auf heller Sauce ^(a,g,i) , Zitronen–Blattspinat ^(hi) und Kartoffeln Frisches Obst kcal: 476,88 Ew: 37,23 KH: 51,73 Fe: 12,05	Gedünsteter Seehecht ^(d) mit Tomatensauce ^(hi,g,i) , Broccoligemüse und Kartoffeln Frisches Obst kcal: 383,10 Ew: 36,43 KH: 45,90 Fe: 5,00
20.07.2024 Samstag	Schwäbischer Eintopf mit Maultaschen (S) und viel Gemüse ^(a,c) Fruchtquark ^(g) kcal: 473,50 Ew: 38,08 KH: 44,40 Fe: 15,39	Kräutergnocchis ^(a,c) mit Auberginen–Zucchini– Paprikasauce ^(hi,g,i) und Salat Fruchtquark ^(g) kcal: 420,30 Ew: 13,96 KH: 56,64 Fe: 14,23	Gemüseeeintopf mit Eierstich ^(a,c,g,i) und Kartoffeln Fruchtquark ^(g) kcal: 423,00 Ew: 34,24 KH: 34,73 Fe: 15,83
21.07.2024 Sonntag	Asiatisches Geschnetzeltes ^(a,f) mit Schweinefleisch, Sojasauce ^(a,hi,i) und Basmatireis Mandarinen–Mascarpone–Creme ^(hi,g,2) Enth. 2 kcal: 526,17 Ew: 41,31 KH: 71,86 Fe: 7,66	Vegetarische Klöße ^(a,c,g) in Basilikumsauce ^(a,g) auf Gemüsereis ⁽ⁱ⁾ Frischer Obstsalat ^(hi) kcal: 468,32 Ew: 16,85 KH: 68,74 Fe: 13,22	Putengoulasch mit frischen Champignons ^(hi,g) Zucchinigemüse und Petersilienkartoffeln Enth. 2 kcal: 519,26 Ew: 43,62 KH: 48,99 Fe: 15,27

Allergene:

a= enthält Gluten, hi= histamin, b= enthält Krebstiere, e= enthält Erdnüsse, c= enthält Eier, d= enthält Fisch, f= enthält Soja, g= enthält Milchprodukte, h= enthält Schalenfrüchte / Nüsse, i= enthält Sellerie, j= enthält Senf, k= enthält Sesam, l= enthält Sulfid+Sulfite, m= enthält Lupinen, n= enthält Weichtiere

1= mit Farbstoff, 2= mit Konservierungsstoff, 3= mit Antioxidationsmittel, 4= mit Geschmacksverstärker, 5= geschwefelt, 6= geschwärzt, 7= mit Zuckeraustauschstoff, 8= Phosphat, 9= mit Süßungsmitteln

Änderungen vorbehalten!!!
Bei Fragen oder Anregungen sind wir erreichbar unter der hausigen Telefonnummer:
1080 (Küchenleitung und Diätassistenten)