

# Wochenessenplan vom 29.07.2024 bis zum 04.08.2024

Tag	Menü 1	Mediterrane Küche	Menü 3 LVK/Diab.
29.07.2024 Montag	Pikanter Goulascheintopf (R) mit Kartoffeln <i>Pflaumenkompott</i> <sup>(hi)</sup> kcal: 393,75 Ew: 21,93 KH: 34,86 Fe: 18,15	Möhren–Caponata auf Bandnudeln <sup>(a)</sup> mit Bärlauchsauce <sup>(a,g,i)</sup> Pfirsichkompott <sup>(hi)</sup> kcal: 334,15 Ew: 22,55 KH: 42,62 Fe: 7,62	Schweinegeschnetzeltes in Estragonsauce <sup>(hi,g)</sup> , feines Gemüse <sup>(i)</sup> und Spätzle <sup>(a,c)</sup> <i>Pfirsichkompott</i> <sup>(hi)</sup> kcal: 500,33 Ew: 38,16 KH: 50,44 Fe: 16,33
30.07.2024 Dienstag	Herzhafte Gemüsebolognese <sup>(i)</sup> auf Bandnudeln <sup>(a)</sup> mit Parmesankäse <sup>(g)</sup> und Blattsalat Grießflammerie <sup>(a,g)</sup> kcal: 1297,97 Ew: 52,26 KH: 165,86 Fe: 46,56	Fischfilet in Mandelpanade, Zitronensauce <sup>(hi,g,i)</sup> , Zucchini–Möhrengemüse und Petersilienkartoffeln <i>Obst der Saison</i> kcal: 454,13 Ew: 33,55 KH: 48,63 Fe: 13,09	Blumenkohl– Broccoliauflauf <sup>(c,g)</sup> Tomatensauce <sup>(hi,g,i)</sup> und Dampfkartoffeln <i>Grießflammerie</i> <sup>(a,g)</sup> kcal: 409,59 Ew: 20,91 KH: 55,89 Fe: 10,75
31.07.2024 Mittwoch	Putenbratwurst mit Braten–Senfsauce, grüne Bohnen <sup>(hi)</sup> und Kartoffelpüree <sup>(g)</sup> <i>Bananen–Split–Creme</i> <sup>(g,i)</sup> kcal: 704,31 Ew: 36,97 KH: 78,41 Fe: 25,09	Italienisches Grillgemüse <sup>(hi,i)</sup> mit Petersilienpesto <sup>(h)</sup> und Olivenkartoffeln <i>Quark mit Früchten</i> <sup>(hi,g)</sup> kcal: 568,86 Ew: 28,02 KH: 53,37 Fe: 25,90	Nudelaufwurf mit Gemüsestreifen <sup>(a,c,g,i)</sup> und Basilikum–Tomatensauce <sup>(g,i)</sup> <i>Bananen–Spil–Creme</i> <sup>(g,i)</sup> kcal: 748,36 Ew: 27,16 KH: 102,76 Fe: 23,91
01.08.2024 Donnerstag	Rippenbraten mit Bratensauce <sup>(j)</sup> , Kohlrabigemüse <sup>(hi)</sup> und Petersilienkartoffeln <i>Pfirsich–Aprikosen–Pudding</i> <sup>(hi,g)</sup> kcal: 584,32 Ew: 38,42 KH: 55,28 Fe: 22,60	Dreierlei Gnocchi <sup>(a)</sup> (Kartoffel, Süßkartoffel und rote Beete) mit Tomaten–Gemüsesauce <sup>(hi,g,i)</sup> <i>Quark mit Früchten</i> <sup>(hi,g)</sup> kcal: 500,61 Ew: 23,76 KH: 91,39 Fe: 3,09	Gemüsepfanne mit Putenfleisch <sup>(i)</sup> in Kräutersauce und Mandelreis <sup>(hi,h)</sup> <i>Pfirsich–Aprikosen–Pudding</i> <sup>(hi,g)</sup> kcal: 537,99 Ew: 36,84 KH: 66,31 Fe: 13,39
02.08.2024 Freitag	Cannelloni mit Ricotta–Spinatfüllung <sup>(a,c,g)</sup> , Käsesauce <sup>(a,g,i,4,8)</sup> und Salat Enth. 4,8 <i>Frisches Obst</i> kcal: 404,30 Ew: 16,91 KH: 38,13 Fe: 19,76	Spanisches Eieromelette <sup>(a,c,g)</sup> mit gebratenen Frühlingsgemüse, Basilikumsauce <sup>(a,g)</sup> und Petersilienkartoffeln Frisches Obst kcal: 587,76 Ew: 28,86 KH: 53,29 Fe: 28,17	Gedämpftes Seelachsfilet <sup>(d)</sup> mit Dillsauce <sup>(d,g,i)</sup> , Zucchini­gemüse und Salzkartoffeln <i>Frisches Obst</i> kcal: 394,01 Ew: 35,44 KH: 45,49 Fe: 6,60
03.08.2024 Samstag	Holsteiner Kartoffeleintopf (S) <sup>(g,8)</sup> mit Wursteinlage (S) <i>Fruchtquark</i> <sup>(g)</sup> Enth. 8 kcal: 498,00 Ew: 29,42 KH: 66,70 Fe: 11,73	Gemüse­eintopf mit Kräuter­klößchen <sup>(a,c,g,i)</sup> und Kartoffelwürfeln <i>Fruchtquark</i> kcal: 433,00 Ew: 35,53 KH: 38,38 Fe: 14,76	Vegetarischer Steckrüben­eintopf mit Grieß­klößchen <sup>(a,i)</sup> <i>Fruchtquark</i> <sup>(g)</sup> kcal: 423,00 Ew: 18,64 KH: 65,63 Fe: 8,42
04.08.2024 Sonntag	Pikantes Goulasch vom Schwein <sup>(hi,g)</sup> mit Butternudeln <sup>(a,g)</sup> und Blattsalat <i>Vanillepudding mit Frucht</i> kcal: 598,02 Ew: 35,12 KH: 61,00 Fe: 23,42	Leckeres Mediteranes Gemüse­gulasch (i) mit <i>Spinatknödel</i> <sup>(a,c,g)</sup> Obstsalat <sup>(hi)</sup> kcal: 444,58 Ew: 14,46 KH: 80,57 Fe: 6,65	Indische Hühnerpfanne <sup>(f,g)</sup> mit viel Gemüse und Basmatireis <i>Vanillepudding mit Frucht</i> kcal: 526,63 Ew: 35,80 KH: 68,64 Fe: 11,27

## 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 Sulfate, 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

Bei Fragen oder Anregungen sind wir erreichbar unter der hausigenen Telefonnummer: 1080 (Küchenleitung und Diätassistenten)

Änderungen vorbehalten!!!