

Wochenessenplan vom 28.10.2024 bis zum 03.11.2024

Tag	Menü 1	Mediterrane Küche	Menü 3 LVK/Diab.
28.10.2024 Montag	Königsberger Klopse (S) ^(a,hi,c) mit Kapernsauce ^(a,hi,g,i,j) , rote Beete Salat ^(hi,2,9) und Salzkartoffeln Enth. 9,2,1 kcal: 567,59 Ew: 31,38 KH: 56,46 Fe: 23,13	Möhren–Caponata auf Bandnudeln ^(a) mit Bärlauchsauce ^(a,g,i) Pfirsichkompott ^(hi) kcal: 334,15 Ew: 22,55 KH: 42,62 Fe: 7,62	Schweinegeschnetzeltes in Estragonsauce ^(hi,g) , feines Gemüse ⁽ⁱ⁾ und Spätzle ^(a,c) Dessert Auswahl Enth. 1 kcal: 460,03 Ew: 38,00 KH: 38,79 Fe: 16,71
29.10.2024 Dienstag	Herzhafte Gemüsebolognese ⁽ⁱ⁾ auf Bandnudeln ^(a) mit Parmesankäse ^(g) und Blattsalat Dessert Auswahl Enth. 1 kcal: 1292,43 Ew: 50,51 KH: 161,21 Fe: 48,47	Fischfilet in Mandelpanade, Zitronensauce ^(hi,g,i) , Zucchini– Möhrengemüse und Petersilienkartoffeln Obst der Saison kcal: 454,13 Ew: 33,55 KH: 48,63 Fe: 13,09	Glasierte Putenbrust auf Tomaten–Gemüsesauce ^(hi,g,i) mit Kräuterreis ^(hi) Dessert Auswahl Enth. 1 kcal: 614,33 Ew: 47,58 KH: 80,51 Fe: 10,38
30.10.2024 Mittwoch	Norddeutscher Gemüse Eintopf mit Rindfleisch ⁽ⁱ⁾ und Kartoffeln Fruchtquark ^(g) kcal: 456,00 Ew: 43,53 KH: 37,11 Fe: 14,34	Dreierlei Gnocchi ^(a) (Kartoffel, Süßkartoffel und rote Beete) mit Tomaten–Gemüsesauce ^(hi,g,i) Quark mit Früchten ^(hi,g) kcal: 500,61 Ew: 23,76 KH: 91,39 Fe: 3,09	Nudelaufbau mit Gemüsestreifen ^(a,c,g,i) und Basilikum–Tomatensauce ^(g,i) Fruchtquark ^(g) kcal: 433,36 Ew: 22,37 KH: 59,68 Fe: 11,70
31.10.2024 Donnerstag	Rindergoulasch ^(hi) "Ungarische Art" mit Butternudeln ^(a,g) und Blattsalat Dessert Auswahl Enth. 1 kcal: 733,47 Ew: 41,32 KH: 79,50 Fe: 27,06	Bunter Gemüseauflauf ^(c,g,i) mit Kräutersauce ^(g) und Kartoffeln Frisches Obst kcal: 475,90 Ew: 27,98 KH: 51,61 Fe: 16,81	Currygeschnetzeltes von der Pute ^(hi,g) mit viel Früchten und Basmatireis Dessert Auswahl Enth. 1 kcal: 586,71 Ew: 35,11 KH: 88,57 Fe: 9,04
01.11.2024 Freitag Allerheiligen	Cannelloni mit Ricotta–Spinatfüllung ^(a,c,g) , Käsesauce ^(a,g,i,4,8) und Salat Frisches Obst Enth. 4,8 kcal: 404,30 Ew: 16,91 KH: 38,13 Fe: 19,76	Spanisches Eieromelette ^(a,c,g) mit gebratenen Frühlingsgemüse und Basilikumsauce ^(a,g) Obst der Saison kcal: 587,49 Ew: 28,84 KH: 53,26 Fe: 28,17	Gedämpftes Seelachsfilet ^(d) mit Dillsauce ^(d,g,i) , Zucchini­gemüse und Salzkartoffeln Frisches Obst kcal: 394,01 Ew: 35,44 KH: 45,49 Fe: 6,60
02.11.2024 Samstag	Holsteiner Kartoffeleintopf (S) ^(g,8) mit Wursteinlage (S) Fruchtquark ^(g) Enth. 8 kcal: 498,00 Ew: 29,42 KH: 66,70 Fe: 11,73	Bunter Gemüse Eintopf mit Kräuterklößchen ^(a,c,g,i) und Kartoffeln Fruchtquark kcal: 433,00 Ew: 35,53 KH: 38,38 Fe: 14,76	Vegetarischer Steckrübeneintopf mit Grießklößchen ^(a,i) Fruchtquark ^(g) kcal: 423,00 Ew: 18,64 KH: 65,63 Fe: 8,42
03.11.2024 Sonntag	Pikantes Goulasch vom Schwein ^(hi,g) mit Butternudeln ^(a,g) und Blattsalat Dessert Auswahl Enth. 1 kcal: 613,62 Ew: 38,00 KH: 65,37 Fe: 21,55	Leckeres Mediteranes Gemüse­gulasch ⁽ⁱ⁾ mit Spinatknödel ^(a,c,g) Frische Äpfel kcal: 340,18 Ew: 13,57 KH: 57,77 Fe: 6,36	Indische Hühnerpfanne ^(f,g) mit viel Gemüse und Basmatireis Dessert Auswahl Enth. 1 kcal: 542,23 Ew: 38,68 KH: 73,01 Fe: 9,39

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

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

Änderungen vorbehalten!!!