

Wochenessenplan vom 09.12.2024 bis zum 15.12.2024

Tag	Menü 1	Mediterrane Küche	Menü 3 LVK/Diab.
09.12.2024 Montag	Germknödel mit Pflaumenfüllung und Apfelmus (3) <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1,3 kcal: 614,02 Ew: 12,21 KH: 88,08 Fe: 22,89	Nudelauflauf mit Gemüsestreifen (a,c,g,i) und Basilikum–Tomatensauce(g,i) <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1 kcal: 598,88 Ew: 26,93 KH: 92,07 Fe: 13,20	Champignonragout(i) mit Gemüse, Seelachswürfel(d) und Curryreis <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1 kcal: 467,43 Ew: 34,72 KH: 73,31 Fe: 3,35
10.12.2024 Dienstag	Schweineschnitzel paniert auf Kohlrabigemüse in Rahm und Kartoffelkroketten(a,g) <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1 kcal: 482,92 Ew: 40,91 KH: 48,74 Fe: 12,95	Broccoli–Gemüsepfanne mit Tofu und Cashewkernen, Reis und Currysauce(a,g,i) <i>Obst der Saison</i> kcal: 555,52 Ew: 21,44 KH: 67,82 Fe: 21,33	Grießbrei(a,g) mit heißen Früchten <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1 kcal: 501,48 Ew: 12,47 KH: 85,98 Fe: 10,06
11.12.2024 Mittwoch	Eieromelette(a,c,g) mit Rahmspinat und Kartoffel–Kräuterpüree <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1 kcal: 601,37 Ew: 27,72 KH: 41,16 Fe: 35,85	Putengoulasch mit frischen Champignons(hi,g), dazu Gemüse und Vollkornnudeln(a) Enth. 1 kcal: 673,33 Ew: 50,59 KH: 82,72 Fe: 15,16	Glasierter Schweinerücken mit Bratensauce(j), Kohlrabi–Karottengemüse und Salzkartoffeln <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1 kcal: 589,14 Ew: 40,46 KH: 57,33 Fe: 21,51
12.12.2024 Donnerstag	Gekochte Rinderbrust(i) mit Meerrettichsauce(a,hi,g,i,j) und Bouillonkartoffeln(i) <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1 kcal: 605,23 Ew: 40,38 KH: 48,81 Fe: 27,04	Bunter Gemüseauflauf(c,g,i) mit heller Sauce(a,g,i) und Kartoffeln <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1 kcal: 568,40 Ew: 32,73 KH: 60,28 Fe: 21,10	Bulgur–Gemüsepfanne(hi) mit Äpfeln und Birnen, Currysauce(a,g,i) <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1 kcal: 404,39 Ew: 12,99 KH: 63,50 Fe: 10,32
13.12.2024 Freitag	Bandnudeln(a) mit einer Lachs–Gemüse–Dillsahnesauce(a,d,g,i) <i>Frisches Obst</i> kcal: 890,08 Ew: 38,91 KH: 123,99 Fe: 25,36	Zucchinipfanne mit viel Gemüse und Nudeln, Basilikumsauce(a,g) <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1 kcal: 333,81 Ew: 11,14 KH: 40,41 Fe: 13,32	Bunter Gemüseauflauf(c,g,i) mit Kräutersauce(g) und Thymiansalzkartoffeln <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1 kcal: 475,90 Ew: 27,98 KH: 51,61 Fe: 16,81
14.12.2024 Samstag	Steckrüben–Wurzeleintopf mit Schweinefleisch und Kartoffeln <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1 kcal: 413,90 Ew: 16,35 KH: 51,80 Fe: 15,11	Mediteraner Bauerneintopf mit viel Gemüse und Kartoffeln <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1 kcal: 395,90 Ew: 12,21 KH: 55,03 Fe: 13,33	Vegetarischer Steckrübeneintopf mit Grießklößchen(a,i) <i>Fruchtquark(g)</i> kcal: 423,00 Ew: 18,64 KH: 65,63 Fe: 8,42
15.12.2024 Sonntag 3. Advent	Pikantes Putengoulasch in Paprikarahm und Gnocchi(a,c) <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1 kcal: 504,92 Ew: 41,58 KH: 54,93 Fe: 12,09	Gemüse–Kartoffel–Gratin mit <i>Käsesauce</i> (a,g,i,4,8) <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1,4,8 kcal: 431,04 Ew: 23,14 KH: 50,67 Fe: 14,27	Buntes Schweineragout(hi,g) mit viel Gemüse und Basilikumreis <i>Dessert Auswahl</i> Enth. 1 kcal: 526,04 Ew: 34,58 KH: 64,14 Fe: 13,74

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 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 hausinternen Telefonnummer: 1080 (Küchenleitung und Diätassistenten)

Änderungen vorbehalten!!!