



Kreisverband
Norden e. V.

Tel: 04931 / 91 80 730

Fax: 04931 / 91 80 734

26.06.2023 – 02.07.2023



KW 26	Montag, 26.06.23	Dienstag, 27.06.23	Mittwoch, 28.06.23	Donnerstag, 29.06.23	Freitag, 30.06.23	Samstag, 01.07.23	Sonntag, 02.07.23
Menü 1:	Käse- Lauch- Suppe mit Kartoffeln und Rinderhackfleisch ψ j g a g l a l N: 427.89 kcal F: 25.97 g GF: 13.80 g C: 17.38 g Z: 2.68 g P: 30.77 g S: 0.72 g B: 1.45 BE	Gebrautes Schweinenackensteak mit Bratensauce, Bohnengemüse und Salzkartoffeln & ω 15 y g a g l a l N: 556.83 kcal F: 26.16 g GF: 11.23 g C: 41.02 g Z: 4.55 g P: 38.00 g S: 0.34 g B: 3.41 BE	Spaghetti mit Rinderbolognesesauce und einem Blattsalat in Joghurdressing ⊕ ψ j c g a g l a l N: 406.01 kcal F: 19.84 g GF: 8.68 g C: 25.09 g Z: 2.57 g P: 31.43 g S: 0.24 g B: 2.09 BE	Hähnchenschnitzel in Knusperpanade mit Rahmsauce, Erbsen-Möhrengemüse und Salzkartoffeln ♣ j y g a g l a l N: 684.83 kcal F: 21.59 g GF: 8.70 g C: 87.60 g Z: 9.47 g P: 33.05 g S: 1.17 g B: 7.29 BE	Paniertes Schollenfilet mit Dillsauce, Salzkartoffeln und Farmersalat j 2 1 1 c a a l i j g d g l N: 396.71 kcal F: 9.96 g GF: 4.80 g C: 41.56 g Z: 3.52 g P: 33.55 g S: 0.47 g B: 3.47 BE	Deftiger Steckrüben-Kartoffelstampf mit gebratenem Schweinebauch ω 2 g N: 561.82 kcal F: 38.63 g GF: 15.92 g C: 35.14 g Z: 11.90 g P: 18.36 g S: 0.27 g B: 2.90 BE	Schweineroulade mit Bratensauce, Rosenkohl und Salzkartoffeln ω 15 c a g l g i j a l N: 652.57 kcal F: 34.99 g GF: 14.70 g C: 47.07 g Z: 6.65 g P: 36.11 g S: 2.09 g B: 3.92 BE
Menü 2:	Fruchtiges Hähnchencurry mit Ananas und Reis ♣ j i k g a g l a l N: 454.90 kcal F: 6.83 g GF: 3.58 g C: 62.70 g Z: 13.14 g P: 34.27 g S: 0.27 g B: 5.22 BE	Schlemmerfilet "Bordelaise" mit Dillsauce, Salzkartoffeln und Gurkensalat in Jogurdressing j 2 c j g d a g l a l N: 614.99 kcal F: 30.94 g GF: 15.00 g C: 49.19 g Z: 6.56 g P: 33.46 g S: 2.02 g B: 4.09 BE	Hühnerfrikasse in cremiger Sauce mit Erbsen, Spargel, Champignons und Butterreis ♣ y g a g l a l N: 359.51 kcal F: 1.55 g GF: 0.38 g C: 49.46 g Z: 0.71 g P: 35.65 g S: 0.57 g B: 4.12 BE	Gegrillte Schweinehaxe mit Bratensauce, Sauerkraut und Kartoffelpüree & ω 15 g a a l N: 562.11 kcal F: 35.51 g GF: 14.62 g C: 8.27 g Z: 1.42 g P: 51.05 g S: 2.08 g B: 0.69 BE	Curry- Reispfanne mit Aisagemüse und Hähnchenfleisch ⊕ ♣ i y f N: 634.58 kcal F: 16.63 g GF: 4.66 g C: 78.73 g Z: 3.52 g P: 41.44 g S: 0.46 g B: 6.52 BE	Putengeschnetzeltes in Sahnesauce mit Macairekartoffeln ♣ j c g a g l a l N: 543.82 kcal F: 22.12 g GF: 14.46 g C: 38.93 g Z: 2.87 g P: 46.39 g S: 0.54 g B: 3.24 BE	Truthahnbratwurst mit Rahmsauce, buntem Gemüse und Salzkartoffeln ψ ♣ j 4 2 3 15 f i j g a g l a l N: 379.55 kcal F: 7.97 g GF: 4.12 g C: 43.82 g Z: 7.07 g P: 31.10 g S: 3.01 g B: 3.64 BE
Menü 3:	Vegetarische Kohlroulade mit brauner Sauce und Kartoffelpüree ∇ 15 g l g i c a a l N: 365.84 kcal F: 20.71 g GF: 9.02 g C: 17.89 g Z: 4.85 g P: 27.00 g S: 2.05 g B: 1.50 BE	Vegetarische Frühlingsrolle mit Kräutersauce und Butterreis ⊕ j c g a g l a l N: 463.81 kcal F: 7.22 g GF: 3.62 g C: 86.88 g Z: 1.25 g P: 11.58 g S: 0.11 g B: 7.24 BE	Mit Frischkäse gefüllte Kartoffeltaschen, Kräutersauce und Schwarzwurzelgemüse ⊕ j i g a g l a l N: 467.53 kcal F: 28.22 g GF: 14.14 g C: 34.00 g Z: 3.81 g P: 18.54 g S: 0.61 g B: 2.82 BE	Pilzpfanne von frischen Champignons in Cremesauce mit Zwiebeln und Kräutern dazu Nudeln ⊕ ∇ j c g a g l a l N: 312.16 kcal F: 16.37 g GF: 9.83 g C: 29.70 g Z: 2.87 g P: 11.37 g S: 0.11 g B: 2.43 BE	Pfannkuchen mit Apfelmus ∇ j 2 c g a g l a l N: 609.70 kcal F: 18.73 g GF: 6.59 g C: 91.77 g Z: 24.02 g P: 17.22 g S: 1.06 g B: 7.65 BE	Nudeln mit Tomaten-Gemüseragout ⊕ ∇ i c g a a l N: 170.49 kcal F: 2.55 g GF: 0.85 g C: 28.56 g Z: 3.84 g P: 7.74 g S: 0.18 g B: 2.38 BE	Gekochte Eier in Senfsauce mit Kartoffelpüree j c j g a g l a l N: 294.32 kcal F: 20.62 g GF: 8.18 g C: 8.67 g Z: 3.01 g P: 18.90 g S: 0.66 g B: 0.73 BE
Dessert:	Erdbeerjoghurt ∇ j g l N: 129.87 kcal F: 3.27 g GF: 1.96 g C: 19.35 g Z: 19.19 g P: 4.88 g S: 0.13 g B: 1.61 BE	Nuss- Nougat Pudding ∇ j t g l N: 663.96 kcal F: 39.11 g GF: 23.40 g C: 72.95 g Z: 72.01 g P: 5.40 g S: 0.04 g B: 6.08 BE	Fruchtcocktail ω 9 z N: 357.06 kcal F: 31.75 g GF: 13.08 g C: 0.33 g Z: 0.32 g P: 18.38 g S: 2.39 g B: 0.03 BE	Buttermilch Dessert ∇ j g l N: 130.16 kcal F: 0.58 g GF: 0.32 g C: 26.16 g Z: 25.40 g P: 3.87 g S: 0.14 g B: 2.17 BE	Grieß Pudding ∇ j g a g l a l N: 180.32 kcal F: 4.15 g GF: 2.61 g C: 29.44 g Z: 11.14 g P: 5.81 g S: 0.10 g B: 2.45 BE	Kirschjoghurt ∇ j g l N: 129.87 kcal F: 3.27 g GF: 1.96 g C: 19.35 g Z: 19.19 g P: 4.88 g S: 0.13 g B: 1.61 BE	Vanillepudding ∇ j g l N: 145.69 kcal F: 4.17 g GF: 2.76 g C: 22.95 g Z: 14.01 g P: 3.67 g S: 0.19 g B: 1.91 BE

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

Allergene Inhaltsstoffe

- a Gluten
- c Eier
- f Soja
- g1 Milcheiweiß
- j Senf
- t Schalenfrucht
- z Zitrusfrucht
- a1 Weizen
- d Fisch
- g Milch und Milcherzeugnisse
- i Sellerie
- k Sesam
- y Hülsenfrucht

Zusatzstoffe

- 2 mit Konservierungsstoffen
- 4 mit Geschmacksverstärker
- 11 mit Süßungsmitteln
- 3 mit Antioxidationsmittel
- 9 mit Säuerungsmittel
- 15 Nitrat/Nitrit

Eigenschaften

- ‡ Fructose Malabsorption
- ⊕ Knoblauch
- & Muskelfleisch
- ω Schweinefleisch
- ♣ Geflügel
- j Laktose
- ψ Rindfleisch
- ∇ Vegetarisch

Bitte den Speiseplan bis spätestens 01.06.2023 ausgefüllt an uns zurück !!