



Kreisverband
Norden e. V.

11.09.2023 – 17.09.2023

KW 37	Montag, 11.09.2023	Dienstag, 12.09.2023	Mittwoch, 13.09.2023	Donnerstag, 14.09.2023	Freitag, 15.09.2023	Samstag, 16.09.2023	Sonntag, 17.09.2023	
Menü 1	Hühnersuppe mit Geflügelfleisch, buntem Gemüse und Nudeln N: 44,74 kcal F: 0,26 g GF: 0,06 g C: 3,77 g Z: 0,50 g P: 6,66 g S: 0,03 g B: 0,31 BE	Bratwurst mit Bratensauce, Rosenkohl und Salzkartoffeln N: 88,53 kcal F: 5,31 g GF: 2,41 g C: 6,50 g Z: 1,10 g P: 3,55 g S: 0,31 g B: 0,54 BE	Kartoffelauflauf mit Blumenkohl und Hackfleisch in Béchamelsauce gebacken N: 70,62 kcal F: 2,31 g GF: 1,05 g C: 7,85 g Z: 0,75 g P: 4,26 g S: 0,03 g B: 0,65 BE	Hähnchen Cordon Bleu mit Geflügelsauce, Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln N: 81,53 kcal F: 2,53 g GF: 0,73 g C: 8,55 g Z: 0,96 g P: 5,85 g S: 0,30 g B: 0,71 BE	Brathering mit Großheider Sauce, Salzkartoffeln N: 106,79 kcal F: 5,06 g GF: 1,60 g C: 10,35 g Z: 1,03 g P: 4,74 g S: 0,24 g B: 0,86 BE	Kartoffel- Möhrenstamper mit saftiger Frikadelle N: 88,31 kcal F: 4,04 g GF: 1,69 g C: 8,14 g Z: 2,15 g P: 4,70 g S: 0,25 g B: 0,67 BE	Würziger Speißbraten mit Rahmsauce, Rahmkohlrabi und Salzkartoffeln N: 99,90 kcal F: 5,02 g GF: 2,59 g C: 7,61 g Z: 1,26 g P: 5,87 g S: 0,08 g B: 0,63 BE	
Menü 2	Saftiges Rindergulasch mit Zwiebeln, Paprika und Pilzen dazu Nudeln N: 88,42 kcal F: 3,21 g GF: 1,69 g C: 4,80 g Z: 0,33 g P: 9,96 g S: 0,07 g B: 0,40 BE	Hähnchen Nuggets mit Tomatensauce, buntem Gemüse und Salzkartoffeln N: 92,38 kcal F: 2,87 g GF: 1,01 g C: 11,40 g Z: 1,19 g P: 4,92 g S: 0,18 g B: 0,95 BE	Hähnchen Curry mit Asiengemüse und Reis N: 92,55 kcal F: 0,43 g GF: 0,09 g C: 12,70 g Z: 0,99 g P: 9,19 g S: 0,11 g B: 1,05 BE	Tortellini mit Käsefüllung und Kochschinkenwürfeln in cremiger Sauce N: 208,38 kcal F: 3,04 g GF: 1,27 g C: 37,02 g Z: 0,72 g P: 7,61 g S: 0,18 g B: 3,09 BE	Putengyros in würziger Sauce mit Reis und Krautsalat N: 158,27 kcal F: 7,29 g GF: 1,74 g C: 13,31 g Z: 1,79 g P: 9,63 g S: 1,00 g B: 1,11 BE	Gebratenes Hähnchenbrustfilet auf tomatisiertem Schmortgemüse mit Butterreis N: 115,90 kcal F: 0,50 g GF: 0,12 g C: 16,36 g Z: 1,52 g P: 10,85 g S: 0,00 g B: 1,38 BE		Geflügelroulade mit Rahmsauce, Sommergemüse und Salzkartoffeln N: 94,58 kcal F: 4,43 g GF: 1,44 g C: 7,63 g Z: 1,08 g P: 5,88 g S: 0,10 g B: 0,63 BE
Menü 3	Vegetarische Maultaschen auf Tomaten- Gemüseragout mit Schnittlauchsauce N: 116,49 kcal F: 7,13 g GF: 2,48 g C: 7,60 g Z: 1,05 g P: 5,31 g S: 0,47 g B: 0,63 BE	Blumenkohl- Käse Medaillon mit Petersiliensauce und Salzkartoffeln N: 56,98 kcal F: 1,45 g GF: 0,85 g C: 8,95 g Z: 1,09 g P: 1,73 g S: 0,03 g B: 0,74 BE	Mit Frischkäse gefüllte Kartoffeltaschen, Kräutersauce und Schwarzwurzelgemüse N: 87,38 kcal F: 5,29 g GF: 2,64 g C: 6,32 g Z: 0,70 g P: 3,47 g S: 0,11 g B: 0,52 BE	Nuss- Broccoli- Knusperkaree mit Kräutersauce und Kartoffelpüree N: 76,01 kcal F: 0,74 g GF: 0,13 g C: 14,37 g Z: 6,73 g P: 2,80 g S: 0,32 g B: 1,18 BE	Asiatische Reispfanne mit Süß- Saurer Sauce N: 76,01 kcal F: 0,74 g GF: 0,13 g C: 14,37 g Z: 6,73 g P: 2,80 g S: 0,32 g B: 1,18 BE	Pilzpfanne von frischen Champignons in Cremesauce mit Zwiebeln und Kräutern dazu Kartoffelröstchen N: 112,05 kcal F: 6,75 g GF: 4,20 g C: 9,94 g Z: 1,02 g P: 2,78 g S: 0,12 g B: 0,82 BE		Vegetarische Kohlroulade mit brauner Sauce und Kartoffelpüree N: 63,85 kcal F: 3,61 g GF: 1,57 g C: 3,12 g Z: 0,85 g P: 4,71 g S: 0,36 g B: 0,26 BE
Dessert	Rhabarber- Vanille- Buttermilch Dessert N: 73,80 kcal F: 0,45 g GF: 0,28 g C: 13,55 g Z: 1,35 g P: 3,12 g S: 0,13 g B: 1,13 BE	Pfirsich - Maracuja Joghurt N: 103,89 kcal F: 2,82 g GF: 1,57 g C: 15,48 g Z: 15,35 g P: 3,90 g S: 0,10 g B: 1,29 BE	Nuss- Nougat Pudding N: 531,17 kcal F: 31,29 g GF: 18,72 g C: 58,36 g Z: 57,61 g P: 4,52 g S: 0,03 g B: 4,86 BE	Vanillejoghurt N: 103,89 kcal F: 2,82 g GF: 1,57 g C: 15,48 g Z: 15,35 g P: 3,90 g S: 0,10 g B: 1,29 BE	Panna- Cotta Pudding N: 106,52 kcal F: 3,26 g GF: 2,14 g C: 15,93 g Z: 4,17 g P: 3,08 g S: 0,18 g B: 1,33 BE		Milchreis- Dessert N: 47,77 kcal F: 1,00 g GF: 0,10 g C: 9,50 g Z: 3,30 g P: 0,10 g S: 0,09 g B: 0,79 BE	Schokoladenpudding N: 116,07 kcal F: 3,13 g GF: 2,08 g C: 18,69 g Z: 11,13 g P: 2,96 g S: 0,15 g B: 1,56 BE

Nährwertangaben pro 100g N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Proteinhalt

Allergene Inhaltsstoffe

- a Gluten
- a2 Roggen
- a4 Hafer
- a6 Dinkel/ Grünkern
- d Fisch
- g Milch und Milchzeugnisse
- h2 Haselnuss
- j Senf
- t Schalenfrucht
- a1 Weizen
- a3 Gerste (Malz)
- a5 Kamut/ Khorasanweizen
- c Eier
- f Soja
- g1 Milcheiweiß
- i Sellerie
- k Sesam
- y Hülsenfrucht

Zusatzstoffe

- 2 mit Konservierungsstoffen
- 15 Nitrat/Nitrit
- 34 Verdickungsmittel

Eigenschaften

- ☛ Geflügel
- ∞ Laktose
- ψ Rindfleisch
- ∞ Vegan

- ☛ Knoblauch
- & Muskefleich
- ∞ Schweinefleisch
- ∇ Vegetarisch

Bitte den Speiseplan bis spätestens 05.09.2023 an uns zurück!!!