



27.11.2023 – 03.12.2023

KW 48	Montag, 27.11.23	Dienstag, 28.11.23	Mittwoch, 29.11.23	Donnerstag, 30.11.23	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Menü 1:</b>	<b>Wirsingkohleintopf mit Mettbällchen</b> ⊕ 2 c a g l j a l N: 335,23 kcal F: 16,95 g GF: 7,20 g C: 22,89 g Z: 5,51 g P: 22,07 g S: 0,16 g B: 1,90 BE	<b>Kohlroulade mit Specksauce und Salzkartoffeln</b> ⊕ 15 c g a g l a l N: 526,10 kcal F: 21,94 g GF: 9,53 g C: 51,05 g Z: 6,17 g P: 29,90 g S: 1,79 g B: 4,26 BE	<b>Chili con Carne vom Rind mit Reis</b> ⊕ ψ y g a g l a l N: 575,14 kcal F: 23,08 g GF: 10,11 g C: 52,11 g Z: 1,28 g P: 39,26 g S: 0,27 g B: 4,35 BE	<b>Hähnchenkeule mit Bratensauce, Cremekarotten und Salzkartoffeln</b> ⊕ ♦ ♣ g a g l a l N: 750,98 kcal F: 37,78 g GF: 11,13 g C: 52,91 g Z: 9,84 g P: 48,99 g S: 0,94 g B: 4,39 BE	<b>Gebackene Fischstäbchen mit Rahmspinat und Kartoffelpüree</b> ⊕ j ⊕ 15 c g l g d a l N: 354,76 kcal F: 15,61 g GF: 3,21 g C: 28,12 g Z: 2,34 g P: 24,43 g S: 1,20 g B: 2,34 BE	<b>Kartoffel-Bohnenstampf mit Scheibe vom Kasselerbraten</b> ⊕ 15 y g N: 506,01 kcal F: 12,65 g GF: 5,23 g C: 52,69 g Z: 7,86 g P: 43,41 g S: 4,10 g B: 4,38 BE	<b>Ostfrischer Snirtje Braa mit Bratensauce, Apfelrotkohl, Salzkartoffeln und Kürbis</b> ⊕ ⊕ 2 j g a g l a l N: 829,38 kcal F: 42,47 g GF: 17,65 g C: 56,65 g Z: 15,01 g P: 53,94 g S: 3,73 g B: 4,72 BE
<b>Menü 2:</b>	<b>Rindergeschnetzeltes mit Champignons in Bratensauce und Spätzle</b> ⊕ ψ c a a l N: 345,66 kcal F: 11,71 g GF: 5,54 g C: 13,93 g Z: 1,09 g P: 45,68 g S: 0,54 g B: 1,16 BE	<b>Hähnchennuggets mit Tomatensauce, buntem Gemüse und Salzkartoffeln</b> ⊕ c g a g l a l N: 635,59 kcal F: 19,76 g GF: 6,92 g C: 78,46 g Z: 8,21 g P: 33,88 g S: 1,23 g B: 6,52 BE	<b>Königsberger Klopse in Kapernsauce mit Salzkartoffeln und Rote Beete</b> ⊕ ψ j c g a g l a l N: 494,36 kcal F: 20,86 g GF: 10,62 g C: 55,18 g Z: 12,58 g P: 20,16 g S: 3,24 g B: 4,59 BE	<b>Bratwurst mit pikanter Currysauce, Salzkartoffeln und Krautsalat</b> ⊕ 15 z g g l N: 631,80 kcal F: 36,35 g GF: 11,72 g C: 55,87 g Z: 18,76 g P: 18,89 g S: 6,22 g B: 4,65 BE	<b>Gebratenes Putensteak mit Geflügelsauce, Cremekarotten und Salzkartoffeln</b> ⊕ ♦ ♣ g a g l a l N: 492,84 kcal F: 14,62 g GF: 3,75 g C: 50,75 g Z: 9,76 g P: 37,97 g S: 0,52 g B: 4,21 BE	<b>Hähnchencurry mit Asiagemüse und Reis</b> ⊕ j i k g a g l a l N: 379,47 kcal F: 1,75 g GF: 0,39 g C: 52,05 g Z: 3,81 g P: 37,70 g S: 0,44 g B: 4,29 BE	<b>Truthahnbratwurst mit Rahmsauce, buntem Gemüse und Salzkartoffeln</b> ⊕ 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
<b>Menü 3:</b>	<b>Pikantes Gemüsecurry mit Reis</b> j g a g l a l N: 336,94 kcal F: 6,96 g GF: 3,45 g C: 58,41 g Z: 6,43 g P: 9,61 g S: 0,48 g B: 4,79 BE	<b>Bunte Spiralnudeln mit Käse-Sahnesauce</b> ∇ j c g a g l a l N: 353,83 kcal F: 22,78 g GF: 14,60 g C: 25,51 g Z: 1,11 g P: 11,79 g S: 0,85 g B: 2,13 BE	<b>Mit Pflaumenmus gefüllter Germknödel dazu Vanillesauce</b> 1 h 1 c h 4 y h 3 f g a 2 a g l a l N: 669,41 kcal F: 10,75 g GF: 6,24 g C: 120,49 g Z: 53,55 g P: 18,22 g S: 1,14 g B: 10,02 BE	<b>Knuspriges Sellerieschnitzel mit brauner Sauce und Salzkartoffeln</b> ∇ i c j f g a g l a l N: 194,98 kcal F: 1,75 g GF: 1,04 g C: 36,58 g Z: 4,37 g P: 6,21 g S: 0,47 g B: 3,02 BE	<b>Vegetarisch gefüllte Paprikaschote mit Tomatensauce und Butterreis</b> g g l N: 262,18 kcal F: 1,45 g GF: 0,50 g C: 54,08 g Z: 6,13 g P: 7,06 g S: 0,11 g B: 4,51 BE	<b>Vegetarische Maultaschen auf Tomaten-Gemüseragout mit Schnittlauchsauce</b> ⊕ ∇ j i c g a g l a l N: 882,99 kcal F: 54,06 g GF: 18,67 g C: 57,62 g Z: 7,96 g P: 41,76 g S: 3,54 g B: 4,79 BE	<b>Vegetarisch gefüllte Zucchini mit Tomatensauce und Butterreis</b> ∇ c a g l j i a l N: 255,39 kcal F: 1,40 g GF: 0,52 g C: 51,46 g Z: 3,87 g P: 8,09 g S: 0,11 g B: 4,29 BE
<b>Dessert:</b>	<b>Schokoladenkuchen mit Cremefüllung</b> h 1 h 2 c h 5 h 4 t e h 7 h 6 g a h 8 g l a l N: 237,23 kcal F: 12,20 g GF: 6,53 g C: 25,86 g Z: 12,35 g P: 5,73 g S: 0,14 g B: 2,16 BE	<b>Erdbeerjoghurt</b> ∇ j g 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	<b>Pfirsich – Maracuja Joghurt</b> ∇ j g 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	<b>Schokoladenpudding</b> ∇ j g g l N: 145,09 kcal F: 3,92 g GF: 2,59 g C: 23,36 g Z: 13,91 g P: 3,70 g S: 0,19 g B: 1,95 BE	<b>Panna- Cotta Pudding</b> ∇ j g g l N: 133,15 kcal F: 4,07 g GF: 2,67 g C: 19,91 g Z: 5,21 g P: 3,85 g S: 0,23 g B: 1,66 BE	<b>Fruchtcocktail</b> ⊕ 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	<b>Vanillejoghurt</b> ∇ j g 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

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

- Allergene Inhaltsstoffe
- a Gluten
  - a2 Roggen
  - d Fisch
  - f Soja
  - g1 Milcheiweiß
  - h2 Haselnuss
  - h4 Cashewnuss
  - h6 Paranuss
  - h8 Queensland-/ Macadamianuss
  - j Senf
  - t Schalenfrucht
  - z Zitrusfrucht

- Zusatzstoffe
- 1 mit Farbstoff
  - 3 mit Antioxidationsmittel
  - 9 mit Säuerungsmittel
  - 2 mit Konservierungsstoffen
  - 4 mit Geschmacksverstärker
  - 15 Nitrat/Nitrit

- Eigenschaften
- ♣ Geflügel
  - ⊕ Knoblauch
  - & Muskelfleisch
  - ⊕ Schweinefleisch
  - ♦ Halal
  - j Laktose
  - ψ Rindfleisch
  - ∇ Vegetarisch

**Bitte den Speiseplan bis spätestens 08.11.2023 an uns zurück !!!**