



Kreisverband  
Norden e. V.

Tel: 04931 / 3839

01.04.2024-07.04.2024

KW 14	Montag, 01.04.2024	Dienstag, 02.04.2024	Mittwoch, 03.04.2024	Donnerstag, 04.04.24	Freitag, 05.04.2024	Samstag, 06.04.2024	Sonntag, 07.04.2024
Menü 1:	<b>Backschinken mit Rahmsauce, Bohnengemüse und Salzkartoffeln</b> N: 504,59 kcal F: 18,06 g GF: 8,65 g C: 48,49 g Z: 6,58 g P: 35,49 g S: 8,72 g B: 4,03 BE	<b>Hühnersuppe mit Geflügelfleisch, buntem Gemüse und Nudeln</b> N: 223,70 kcal F: 1,31 g GF: 0,30 g C: 18,85 g Z: 2,51 g P: 33,30 g S: 0,13 g B: 1,57 BE	<b>Feines Ragout vom Schwein mit Erbsen, Spargel, Champignons in heller Sauce und Salzkartoffeln</b> N: 508,72 kcal F: 24,04 g GF: 10,84 g C: 44,55 g Z: 2,08 g P: 27,44 g S: 0,36 g B: 3,71 BE	<b>Gebratene Schweineleber mit Bratensauce, Apfel und Zwiebeln dazu Kartoffelpüree</b> N: 351,13 kcal F: 12,22 g GF: 5,61 g C: 48,53 g Z: 5,28 g P: 37,25 g S: 1,17 g B: 4,03 BE	<b>Pochiertes Seelachsfilet mit Senfsauce auf Gemüwestreifen mit Salzkartoffeln</b> N: 550,11 kcal F: 22,22 g GF: 5,61 g C: 48,53 g Z: 5,28 g P: 37,25 g S: 1,17 g B: 4,03 BE	<b>Deftiger Weißkohlkartoffelstampf mit geräucherter Mettwurst</b> N: 419,52 kcal F: 24,59 g GF: 9,62 g C: 25,37 g Z: 6,52 g P: 23,74 g S: 2,44 g B: 2,11 BE	<b>Schweineroulade mit Bratensauce, buntem Gemüseemischung und Salzkartoffeln</b> N: 639,31 kcal F: 33,45 g GF: 14,10 g C: 51,39 g Z: 7,15 g P: 32,30 g S: 2,09 g B: 4,27 BE
Menü 2:	<b>Gebratenes Hähnchenbrustfilet auf Spargelragout mit Salzkartoffeln</b> N: 327,55 kcal F: 2,31 g GF: 0,88 g C: 40,07 g Z: 3,07 g P: 35,05 g S: 0,21 g B: 3,34 BE	<b>Fleischkloppe mit Rahmsauce, Lauchgemüse und Salzkartoffeln</b> N: 484,48 kcal F: 10,17 g GF: 5,07 g C: 50,78 g Z: 6,99 g P: 22,20 g S: 3,19 g B: 4,22 BE	<b>Grüne Bohnenpfanne mit Rinderhack, Kirschtomaten und Kartoffelwürfeln</b> N: 348,12 kcal F: 1,64 g GF: 0,16 g C: 36,76 g Z: 5,46 g P: 26,31 g S: 0,15 g B: 2,23 BE	<b>Rinderfrikadelle mit Bratensauce, Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln</b> N: 581,05 kcal F: 25,02 g GF: 11,96 g C: 46,81 g Z: 5,04 g P: 41,04 g S: 0,98 g B: 3,90 BE	<b>Ravioli in Tomatensauce mit Gemüwestreifen</b> N: 970,23 kcal F: 41,61 g GF: 20,88 g C: 99,76 g Z: 15,20 g P: 47,84 g S: 2,66 g B: 8,30 BE	<b>Gebratenes Hähnchenbrustfilet mit Geflügelsauce, Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln</b> N: 345,48 kcal F: 1,85 g GF: 0,44 g C: 44,36 g Z: 7,10 g P: 35,82 g S: 0,40 g B: 2,69 BE	<b>Rinderhacksteak mit Bratensauce, Wirsinggemüse und Salzkartoffeln</b> N: 591,48 kcal F: 26,50 g GF: 13,67 g C: 39,89 g Z: 6,57 g P: 42,61 g S: 0,39 g B: 3,31 BE
Menü 3:	<b>Pikantes Gemüsecurry mit Reis</b> 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: 0,46 g B: 4,79 BE	<b>Gebratene Gemüsefrikadelle mit brauner Sauce und Kartoffelpüree</b> N: 266,58 kcal F: 10,59 g GF: 2,34 g C: 34,64 g Z: 3,51 g P: 7,12 g S: 1,60 g B: 2,89 BE	<b>Gebackene Polenta- Spinatrasche auf Ratatouille</b> N: 213,51 kcal F: 10,11 g GF: 8,20 g C: 24,38 g Z: 5,34 g P: 6,06 g S: 0,45 g B: 2,01 BE	<b>Blumenkohlrissole in fruchtiger Tomatensauce und Reis</b> N: 274,23 kcal F: 1,75 g GF: 0,64 g C: 53,21 g Z: 5,40 g P: 10,19 g S: 0,21 g B: 4,45 BE	<b>Schupfnudelpfanne mit buntem Gemüse in cremiger Kräutersauce</b> N: 423,72 kcal F: 9,85 g GF: 4,45 g C: 66,35 g Z: 5,23 g P: 15,85 g S: 1,08 g B: 5,51 BE	<b>Bunte Reispfanne mit Kräutersauce</b> N: 313,59 kcal F: 6,10 g GF: 3,33 g C: 55,86 g Z: 3,74 g P: 9,79 g S: 0,13 g B: 4,65 BE	<b>Vegetarisch gefüllte Zucchini mit Tomatensauce und Buttersreis</b> 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
Dessert:	<b>Panna-Cotta Pudding</b> 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>Erdbeerjoghurt</b> N: 129,87 kcal F: 2,27 g GF: 1,96 g C: 19,35 g Z: 1,91 g P: 4,88 g S: 0,13 g B: 1,61 BE	<b>Grieß Pudding</b> 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	<b>Schokoladenkuchen mit Cremefüllung</b> 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>Pfirsich - Maracuja Joghurt</b> N: 128,87 kcal F: 3,27 g GF: 1,96 g C: 19,35 g Z: 1,91 g P: 4,88 g S: 0,13 g B: 1,61 BE	<b>Buttermilch Dessert</b> N: 130,16 kcal F: 0,56 g GF: 0,32 g C: 26,16 g Z: 23,40 g P: 3,97 g S: 0,14 g B: 2,17 BE	<b>Nuss- Nougat Pudding</b> N: 663,96 kcal F: 33,11 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

Nährwertangaben pro Portion 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
- c Eier
- e Erdnüsse
- g Milch und Milchzeugnisse
- h1 Mandel
- h4 Cashewnuss
- h6 Paranuss
- h8 Queensland-/ Macadamianuss
- y Senf
- z Hülsenfrucht

Zusatzstoffe

- 2 mit Konservierungsstoffen
- 15 Nitrat/Nitrit

Eigenschaften

- ☛ Geflügel
- ☛ Laktose
- ☛ Rindfleisch
- ∞ Vegan
- ☛ Knoblauch
- ☛ Muskelfleisch
- ☛ Schweinefleisch
- ☛ Vegetarisch

Bitte den Speiseplan bis spätestens 18.03.2024 an uns zurück!!!