

KW 39	Menü 1	Fleischlos	Leichte Vollkost	Diabetiker	Dessert
Montag 23.09.2019	Putengulasch mit Champignons Erbsen und Möhren Salzkartoffeln	Erbsensuppe Kräuter-Grießklößchen	Putengulasch mit Champignons Möhrengemüse Salzkartoffeln	Putengulasch mit Champignons Möhrengemüse Salzkartoffeln	Heidelbeerquark
	384 kcal 30.9 E 15.9 F 28.4 KH	415.9 kcal 40.5 E 6.5 F 47.1 KH	379.7 kcal 28.9 E 16 F 29.2 KH	379.7 kcal 28.9 E 16 F 29.2 KH	94.1 kcal 10.6 E 0.8 F 10 KH
Dienstag 24.09.2019	Rinderschmorfleisch Pikante Soße Rote Bete Stampfkartoffeln	Gnocchi-Pfanne mit Paprika und Zwiebeln Joghurdipp	Gedünstetes Rindfleisch Helle Soße Rote Bete Stampfkartoffeln	Rinderschmorfleisch Pikante Soße Rote Bete Stampfkartoffeln	Mokkapudding Schlagsahne
	731.6 kcal 39.8 E 46.4 F 38.6 KH	303.9 kcal 13.3 E 18.8 F 19.5 KH	663.5 kcal 41.1 E 38.5 F 37.4 KH	731.6 kcal 39.8 E 46.4 F 38.6 KH	183.2 kcal 4.2 E 7.6 F 24.1 KH
Mittwoch 25.09.2019	Frankfurter Linsensuppe Bockwurstscheiben	Bolognesesoße Vegetarisch Gabelspaghetti Gurkensalat	Gemüsecremesuppe Eierstich und Schinkenstreifen 1/2 Brötchen	Gemüsecremesuppe Eierstich und Schinkenstreifen 1/2 Brötchen	Grießpudding Kirschen
	510.7 kcal 41.2 E 20.7 F 38.9 KH	465.7 kcal 16.9 E 27.3 F 37.3 KH	432.5 kcal 21 E 23.6 F 33.3 KH	432.5 kcal 21 E 23.6 F 33.3 KH	146.1 kcal 4.9 E 4.2 F 21.4 KH
Donnerstag 26.09.2019	Fleischsülze Remouladensoße Bunter Bohnensalat Bratkartoffeln	Milchreis Waldbeersoße	Hackbraten Leichte Soße Kohlrabigemüse Salzkartoffeln	Hackbraten Diabetikersoße Kohlrabigemüse Salzkartoffeln	Apfelkompott Vanilleschmand
	667.8 kcal 28.4 E 42.9 F 40.8 KH	365.7 kcal 12.1 E 12.6 F 49.7 KH	479.3 kcal 30.9 E 27 F 27.6 KH	444.5 kcal 26.2 E 25.4 F 27.3 KH	122.7 kcal 1.5 E 5.9 F 15.1 KH
Freitag 27.09.2019	Seehechtfilet gebraten Zitronensoße Eisbergsalat Salzkartoffeln	Gemüsebratling Tomatensoße Eisbergsalat Brühreis	Gedünstetes Seehechtfilet Helle Soße Eisbergsalat Salzkartoffeln	Seehechtfilet gebraten Zitronensoße Eisbergsalat Salzkartoffeln	Schokopudding Vanillesoße
	211.4 kcal 21.3 E 3.8 F 21.9 KH	310.3 kcal 9.5 E 5.5 F 54.6 KH	379.1 kcal 30.9 E 17.1 F 24.6 KH	211.4 kcal 21.3 E 3.8 F 21.9 KH	167.7 kcal 5.4 E 5.7 F 23.1 KH
Samstag 28.09.2019	Lippische Kartoffelsuppe Kasslerwürfel	Kartoffel-Gemüse-Gratin Petersiliensoße	Lippische Kartoffelsuppe Kasslerwürfel	Lippische Kartoffelsuppe Kasslerwürfel	Pfirsich-Melba-Pudding Erdbeersoße
	432.6 kcal 47.7 E 13.3 F 29.4 KH	295 kcal 11.4 E 6.6 F 45.9 KH	432.6 kcal 47.7 E 13.3 F 29.4 KH	432.6 kcal 47.7 E 13.3 F 29.4 KH	143.2 kcal 4 E 4.1 F 21.8 KH
Sonntag 29.09.2019	Rheinischer Sauerbraten Backobst Semmelknödel	Tortellini Käsesoße Eisbergsalat	Gedünstetes Rindfleisch Helle Soße Brokkoli Salzkartoffeln	Rheinischer Sauerbraten Diabetikersoße Brokkoli Salzkartoffeln	Irish-Coffee-Creme Schlagsahne
	375.1 kcal 19.6 E 8.7 F 52.6 KH	321.7 kcal 11.2 E 19.9 F 24.6 KH	549.6 kcal 42.1 E 29.6 F 28 KH	373 kcal 27.6 E 16 F 28 KH	150.8 kcal 4 E 7.1 F 17.4 KH