

# Speiseplan vom 20.05.2024 - 26.05.2024



Tag	Vollkost	Leichte Kost	Vegetarisch
<b>Montag</b>	<b>Spießbraten</b> <sup>j</sup> <b>Pfeffersoße</b> <sup>a,aw,p,g</sup> <b>Erbsen</b> <b>Röstitaler</b>	<b>Geflügelfrikadelle</b> <b>Spargel-Ragout</b> <sup>a,aw,p,g</sup> <b>Kartoffeln</b>	<b>Gemüsefrikadelle</b> <sup>a,aw,c</sup> <b>Spargel-Ragout</b> <sup>a,aw,p,g</sup> <b>Kartoffeln</b>
	621 kcal, 35 g Eiweiß, 32 g Fett, 46 g KH	148 kcal, 4 g Eiweiß, 9 g Fett, 12 g KH	365 kcal, 10 g Eiweiß, 20 g Fett, 36 g KH
<b>Dienstag</b>	<b>Graupeneintopf</b> <sup>a,ae,i</sup>	<b>Balkanreispfanne</b> <b>Tzaziki</b> <sup>2,g,i</sup>	<b>Eieromelette</b> <b>Rahmpilze</b> <sup>a,aw,p,g</sup>
	141 kcal, 5 g Eiweiß, 1 g Fett, 28 g KH	834 kcal, 27 g Eiweiß, 49 g Fett, 71 g KH	154 kcal, 6 g Eiweiß, 10 g Fett, 10 g KH
<b>Mittwoch</b>	<b>Pfannkuchen mit Erdbeer-Quark-Füllung</b> <sup>99,100,8,101,a,p,c,g</sup> <b>Schokoladensoße</b> <sup>p,g</sup>	<b>Nudeln</b> <sup>a,aw</sup> <b>4-Käse-Sauce</b> <sup>a,aw,p,g</sup>	<b>Möhrenschnitzel</b> <b>Rahmerbsen</b> <sup>a,aw,p,g</sup> <b>Kartoffeln</b>
	539 kcal, 18 g Eiweiß, 16 g Fett, 78 g KH	379 kcal, 11 g Eiweiß, 12 g Fett, 55 g KH	608 kcal, 51 g Eiweiß, 35 g Fett, 18 g KH
<b>Donnerstag</b>	<b>Bewohnerwunsch</b> <b>Kesselgulasch</b> <sup>1,a,aw</sup> <b>Nudeln</b> <sup>a,aw</sup>	<b>Hähnchenpfanne "Gärtnerin"</b> <sup>3,14,a,aw,p,g</sup> <b>Kartoffeln</b>	<b>Gemüsegulasch</b> <sup>a,aw,p,c,g</sup> <b>Kartoffeln</b>
	484 kcal, 28 g Eiweiß, 15 g Fett, 57 g KH	203 kcal, 18 g Eiweiß, 9 g Fett, 12 g KH	178 kcal, 4 g Eiweiß, 12 g Fett, 14 g KH
<b>Freitag</b>	<b>Backfisch</b> <sup>a,d</sup> <b>Kartoffelsalat</b>	<b>Schweinegeschnetzeltes "Züricher Art"</b> <sup>a,aw,p,g</sup> <b>Reis</b>	<b>Möhren-Kartoffel-Eintopf</b> <sup>i</sup>
	414 kcal, 20 g Eiweiß, 24 g Fett, 30 g KH	569 kcal, 31 g Eiweiß, 19 g Fett, 68 g KH	118 kcal, 4 g Eiweiß, 0 g Fett, 24 g KH
<b>Samstag</b>	<b>Holsteiner Specksuppe mit Backobst</b> <sup>2,3,5,i,l</sup>	<b>Kürbiscremesuppe mit Fleischklößchen</b> <sup>101,c</sup>	<b>Quarkkeulchen</b> <sup>14,8,101,a,p,c,g</sup> <b>Apfelmus</b> <sup>3</sup>
	206 kcal, 11 g Eiweiß, 10 g Fett, 16 g KH	226 kcal, 7 g Eiweiß, 10 g Fett, 26 g KH	586 kcal, 16 g Eiweiß, 16 g Fett, 92 g KH
<b>Sonntag</b>	<b>Kasselerbraten</b> <sup>2,3</sup> <b>Spitzkohl in Rahm</b> <sup>a,aw,p,g,i</sup> <b>Kartoffeln</b>	<b>Hähnchenstreifen in Waldpilzsauce</b> <sup>14,a,aw,p,g</sup> <b>Spätzle</b> <sup>a,aw,p,c,g</sup>	<b>Gemüselasagne</b> <sup>100,a,p,g,i</sup> <b>Tomatensauce</b> <sup>a,aw,p,g</sup>
	351 kcal, 26 g Eiweiß, 24 g Fett, 8 g KH	678 kcal, 34 g Eiweiß, 27 g Fett, 73 g KH	629 kcal, 19 g Eiweiß, 21 g Fett, 88 g KH

Wir wünschen einen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten