



# Speiseplan

AHZ - Robert-Krekel-Haus/Konrad Arndt

30. WOCHE

vom 23.07.2018 bis 29.07.2018



	Menü 1		Menü 2			
<b>Montag</b> 23.07.18 	Brokkolicremesuppe Schweinegulasch Spätzle Erbsen "naturell"  Apfelmus	G,G1,M,Mer,La,S S G,G1,Ei G,E,M,Me,La,Sf	Energie (kcal): 658 Energie (KJ): 2762 Fett (g): 22,7 Kohlenhydrate (g): 75,2 Eiweiß (g): 32,2	Brokkolicremesuppe Gemüse-Frikadelle Erbsen Bio-Sauerrahmsoße  Apfelmus	G,G1,M,Mer,La,S G,G1,Ei G,G1,M,Me,La,S G,E,M,Me,La,Sf	Energie (kcal): 580 Energie (KJ): 2430 Fett (g): 23,2 U Eiweiß (g): 15,2
<b>Dienstag</b> 24.07.18 	Karottencremesuppe Rinderfrikadelle "Griechische Art" Tomatenreis Krautsalat  Rote Fruchtgrütze	G,G1,M,Me,La,S G,G1,Ei,M,Me,La Sn	Energie (kcal): 786 Energie (KJ): 3284 Fett (g): 40,5 Kohlenhydrate (g): 75 Eiweiß (g): 24,4	Karottencremesuppe Gegrilltes Gemüse "Mediterran" Fladenbrot Dip  Rote Fruchtgrütze	G,G1,M,Me,La,S G,G1,Ei M,Me,La	Energie (kcal): 425 Energie (KJ): 1782 Fett (g): 12,3 Kohlenhydrate (g): 64,5 Eiweiß (g): 8,1
<b>Mittwoch</b> 25.07.18 	Gemüsesuppe mit Muschelnudeln Putenschnitzel "Piccata Milanese" Kartoffelsalat mit Zitronenecke Gurkensalat Wassermelone	G,G1,S G,G1,G3,Ei S,Sf	Energie (kcal): 797 Energie (KJ): 3337 Fett (g): 41 Kohlenhydrate (g): 47,6 Eiweiß (g): 55,4	Gemüsesuppe mit Muschelnudeln Kartoffelpuffer Apfelmus  Wassermelone	G,G1,S G,G1,Ei G,E,M,Me,La,Sf	Energie (kcal): 756 Energie (KJ): 3164 Fett (g): 39,8 Kohlenhydrate (g): 74,2 Eiweiß (g): 20,9
<b>Donnerstag</b> 26.07.18 	Buchstabensuppe gekochte Eier mit Frankfurter Grüne Soße Salzkartoffeln  Nusspudding	G,G1,Ei Ei,M,Me,La,Sf E,Sf,M,Me,La	Energie (kcal): 1060 Energie (KJ): 4414 Fett (g): 71,7 Kohlenhydrate (g): 61,9 Eiweiß (g): 36,4	Buchstabensuppe Sojageschnitzeltes "Toskana" in vegetarischer Rahmsoße Kartoffelpüree  Nusspudding	G,G1,Ei G,G1,Ei,Sb,M,Me,La,S,Sn M,Me E,Sf,M,Me,La	Energie (kcal): 491 Energie (KJ): 2056 Fett (g): 17,7 Kohlenhydrate (g): 47,7 Eiweiß (g): 30
<b>Freitag</b> 27.07.18 	Flädlesuppe in Gemüsebouillon Heringsfilet "Hausfrauen Art" Petersilienkartoffeln  Obstsalat	G,G1,Ei,M,Me,La,S Fi,M,Me,La	Energie (kcal): 552 Energie (KJ): 2304 Fett (g): 30,8 Kohlenhydrate (g): 35 Eiweiß (g): 30,7	Flädlesuppe in Gemüsebouillon Grünkernbratling Pikante Currysoße Petersilienkartoffeln  Obstsalat	G,G1,Ei,M,Me,La,S G,G5,Ei,M,Me,La,S M,Me,La,n	Energie (kcal): 548 Energie (KJ): 2291 Fett (g): 26,6 Kohlenhydrate (g): 57,1 Eiweiß (g): 14,7
<b>Samstag</b> 28.07.18 	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch Vollkornbrot  Joghurt mit Früchten	S,Sn G,G1,G2 M,Me,La	Energie (kcal): 512 Energie (KJ): 2151 Fett (g): 18,6 Kohlenhydrate (g): 57,3 Eiweiß (g): 21,6	Milchreis mit Apfelmus und Zimt  Joghurt mit Früchten	M,Me,La M,Me,La	Energie (kcal): 524 Energie (KJ): 2221 Fett (g): 6,8 Kohlenhydrate (g): 96,3 Eiweiß (g): 17,2
<b>Sonntag</b> 29.07.18 	Minestrone "vegetarisch" Hähnchenfilet "Gärtnerin Art" in Rahmsoße Spätzle junge Möhrchen naturell Schoko-Vanille-Eis	G,G1,S G,G1,M,Me,La,S G,G1,Ei M,Me,La	Energie (kcal): 570 Energie (KJ): 2395 Fett (g): 19,2 Kohlenhydrate (g): 67,8 Eiweiß (g): 27,9	Minestrone "vegetarisch" Bio-Spätzle-Gemüse-Pfanne Tomatensoße  Schoko-Vanille-Eis	G,G1,S G,G1,Ei,s G,G1,M,Me,La,S M,Me,La	Energie (kcal): 631 Energie (KJ): 2648 Fett (g): 19,3 Kohlenhydrate (g): 83,6 Eiweiß (g): 22,5

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor.

Guten Appetit wünscht Ihnen Ihr Verpflegungsteam!  
"Essen hält Leib und Seele zusammen"