










Speiseplan

AHZ - Robert-Krekel-Haus/Konrad Arndt

42. WOCHE

vom 15.10.2018 bis 21.10.2018



	Menü 1		Menü 2	
Montag 15.10.18 	Blumenkohlcremesuppe <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Putengeschnetzeltes in Ramsoße <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Langkornreis Feldsalat mit Himbeerdressing Apfelfruchtjoghurt <small>M,Me,La</small>	Energie (kcal): 2729 Energie (kJ): 649 Fett (g): 27 Kohlenhydrate (g): 61,3 Eiweiß (g): 35,8	Blumenkohlcremesuppe <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Bio Penne <small>G,G1</small> Tomatensoße Parmesankäse <small>M,Me,La</small> Eisbergsalat mit Himbeerdressing Apfelfruchtjoghurt <small>M,Me,La</small>	Energie (kcal): 4256 Energie (kJ): 1017 Fett (g): 55,9 U: 74,3 Eiweiß (g): 48,7
Dienstag 16.10.18 	Klare Festtagssuppe <small>G,G1,Ei,M,M,e,La,S</small> Kohlrouladen in brauner Bratensoße <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Stampfkartoffeln <small>M,Me,La</small> Obst	Energie (kcal): 2571 Energie (kJ): 616 Fett (g): 33,9 Kohlenhydrate (g): 56,5 Eiweiß (g): 15,7	Klare Festtagssuppe <small>G,G1,Ei,M,M,e,La,S</small> Fingermöhrrchen Stampfkartoffeln <small>M,Me,La</small> Feldsalat mit Himbeerdressing Obst	Energie (kcal): 2259 Energie (kJ): 541 Fett (g): 28,4 Kohlenhydrate (g): 55,2 Eiweiß (g): 9,1
Mittwoch 17.10.18 	Hokkaido-Kürbissuppe <small>G,g1,M,Me,La,S,Sn</small> Rindergeschnetzeltes mit Champignon in Rahmsoße <small>G,g1,M,Me,La,S</small> Spätzle <small>G,G1,Ei</small> Tomatensalat mit Essig - Öl Rote Grütze	Energie (kcal): 2691 Energie (kJ): 641 Fett (g): 21,3 Kohlenhydrate (g): 71,7 Eiweiß (g): 34,9	Hokkaido-Kürbissuppe <small>G,g1,M,Me,La,S,Sn</small> Schwäbische Käsespätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small> Tomatensalat mit Essig - Öl Rote Grütze	Energie (kcal): 3426 Energie (kJ): 818 Fett (g): 37,1 Kohlenhydrate (g): 88,7 Eiweiß (g): 27,1
Donnerstag 18.10.18 	veg. Maultaschen in Gemüsebrühe <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small> Asiatische Mienudelpfanne mit Gemüse und Ei <small>G,G1,Ei,Sb,M,Me,La,S</small> Eisbergsalat mit Essig-Öldressing Birne	Energie (kcal): 2971 Energie (kJ): 709 Fett (g): 32 Kohlenhydrate (g): 83,7 Eiweiß (g): 16,4	veg. Maultaschen in Gemüsebrühe <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small> Omelette mit Gemüsefüllung <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small> Kartoffelpüree <small>M,Me,La</small> Dillrahmsoße <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Birne	Energie (kcal): 3025 Energie (kJ): 722 Fett (g): 28,5 Kohlenhydrate (g): 85,6 Eiweiß (g): 23,1
Freitag 19.10.18 	Karottencremesuppe <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Seelachsfilet paniert <small>G,G1,Fi</small> aus nachhaltiger Fischwirtschaft hausgemachte Remouladensoße <small>M,Me,La</small> Petersilienkartoffeln Tomatensalat Schoko-Vanille Pudding <small>M,Me,La</small>	Energie (kcal): 3135 Energie (kJ): 749 Fett (g): 36,6 Kohlenhydrate (g): 67,8 Eiweiß (g): 32,3	Karottencremesuppe <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Bunter Gemüserais pikante Currysoße <small>M,Me,La</small> Tomatensalat Schoko-Vanille Pudding <small>M,Me,La</small>	Energie (kcal): 2325 Energie (kJ): 557 Fett (g): 29,8 Kohlenhydrate (g): 59,3 Eiweiß (g): 9,4
Samstag 20.10.18 	Graupensuppe mit Rindfleisch <small>G,G1,G3,Ei,S</small> Banane	Energie (kcal): 1697 Energie (kJ): 404 Fett (g): 11,8 Kohlenhydrate (g): 53,7 Eiweiß (g): 13,8	vegetarische Linsensuppe <small>s</small> Banane	Energie (kcal): 1978 Energie (kJ): 489 Fett (g): 10,8 Kohlenhydrate (g): 72,6 Eiweiß (g): 14,1
Sonntag 21.10.18 	Brokkolicremesuppe <small>G,G1,M,Mer,La,S</small> Deftiger Spießbraten in Zwiebel Senfsoße <small>G,g1,Sn</small> Bayrischkraut <small>s,Sn</small> Petersilienkartoffeln Schoko-Vanille-Eis <small>M,Me,La</small>	Energie (kcal): 2362 Energie (kJ): 563 Fett (g): 23,1 Kohlenhydrate (g): 59,8 Eiweiß (g): 24,2	Brokkolicremesuppe <small>G,G1,M,Mer,La,S</small> Knusprige Röstisticks Blumenkohl in Soße <small>G,G1,M,Me,La,S</small> Schoko-Vanille-Eis <small>M,Me,La</small>	Energie (kcal): 1851 Energie (kJ): 443 Fett (g): 22,3 Kohlenhydrate (g): 50,9 Eiweiß (g): 7,8

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

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