



Speiseplan

AHZ - Robert-Krekel-Haus/Konrad Arndt

12. WOCHE

vom 18.03.2019 bis 24.03.2019



| | Menü 1 | | Menü 2 | |
|-----------------------------------|--|---|---|--|
| Montag 18.03.19 | Klare Gemüsebrühe s Cevapcici Tomatenreis s Dipp M,Me,La Krautsalat Kirsch-Bananenquarkspeise M,Me,La | Energie (kcal): 2347 Energie (kJ): 562 Fett (g): 30,1 Kohlenhydrate (g): 33,3 Eiweiß (g): 34,8 | Klare Gemüsebrühe s Kartoffel-Zucchini-auflauf G,G1,M,Me,La,S Napolisoße G,G1 Gem. Eisbergsalat mit Essig-Öldressing Kirsch-Bananenquarkspeise M,Me,La | Energie (kcal): 2300 Energie (kJ): 550 Fett (g): 28,3 Kohlenhydrate (g): 38,4 Eiweiß (g): 29,4 |
| Dienstag 19.03.19 | Spargelcremesuppe G,G1,M,Me,La Gegrillte Hähnchenkeule Röstli Sticks Coleslawsalat M,Me,La Hausgemachte Rote Grütze | Energie (kcal): 2858 Energie (kJ): 636 Fett (g): 33,8 Kohlenhydrate (g): 43,4 Eiweiß (g): 36,8 | Spargelcremesuppe G,G1,M,Me,La Rührei Ei,M,Me,La Rahmspinat M,Me,La Kartoffelpüree M,Me,La Hausgemachte Rote Grütze | Energie (kcal): 3251 Energie (kJ): 780 Fett (g): 44,2 Kohlenhydrate (g): 65,2 Eiweiß (g): 24,3 |
| Mittwoch 20.03.19 | Klare Gemüsebrühe mit Brunoise s Alaska Seehecht Fi aus nachhaltiger Fischwirtschaft Brokkoli Dillrahmsoße G,G1,M,Me,La,S Salzkartoffeln Clementine | Energie (kcal): 1923 Energie (kJ): 458 Fett (g): 14,8 Kohlenhydrate (g): 48,5 Eiweiß (g): 28,7 | Klare Gemüsebrühe mit Brunoise s Omelette mit Gemüsefüllung G,G1,Ei,M,Me,La,S Dillrahmsoße G,G1,M,Me,La,S Salzkartoffeln Clementine | Energie (kcal): 1961 Energie (kJ): 473 Fett (g): 19,2 Kohlenhydrate (g): 55,1 Eiweiß (g): 15,5 |
| Donnerstag 21.03.19 | Karottencremesuppe G,G1,M,Me,La,S Feinschmecker Reibekuchen G,G1,Ei Apfelmus 03 Tomaten-Eisbergsalat mit Himbeerdressing Pflirsichfruchtjoghurt M,Me,La | Energie (kcal): 3892 Energie (kJ): 392 Fett (g): 49 Kohlenhydrate (g): 96,8 Eiweiß (g): 16,4 | Karottencremesuppe G,G1,M,Me,La,S Pflaumenpfannekuchen G,G1,Ei,M,Me,La Vanillesoße G,G1,M,Me,La Pfirsichfruchtjoghurt M,Me,La | Energie (kcal): 2743 Energie (kJ): 653 Fett (g): 21,2 Kohlenhydrate (g): 80,5 Eiweiß (g): 28,1 |
| Freitag 22.03.19 | Gemüsesuppe mit Muschelnudeln G,G1,S Fischfilet paniert G,G1,Ei aus nachhaltiger Fischwirtschaft Hausgemachte Remuladensoße M,Me,La Kartoffelsalat "naturell" Gurkensalt mit Dill Obstsalat 03 | Energie (kcal): 4973 Energie (kJ): 1193 Fett (g): 73,3 Kohlenhydrate (g): 96,2 Eiweiß (g): 30,7 | Gemüsesuppe mit Muschelnudeln G,G1,S Grünkernbratling G,G5,Ei,M,Me,La,S Schupfnudeln G,G1,Ei Kräuterquarkdipp M,Me,La Gurkensalt mit Dill Obstsalat 03 | Energie (kcal): 893 Energie (kJ): 3737 Fett (g): 42,2 Kohlenhydrate (g): 97,7 Eiweiß (g): 24,8 |
| Samstag 23.03.19 | Westfälischer Kartoffeleintopf M,Me,La,S Mischbrotscheibe G,G1,G2,Ei,Sb,M,Me,La Caramelpudding G,E,M,Me,La,Sf | Energie (kcal): 3285 Energie (kJ): 764 Fett (g): 37 Kohlenhydrate (g): 73 Eiweiß (g): 32,9 | Bio Vegetarische Linsensuppe s Mischbrotscheibe G,G1,G2,Ei,Sb,M,Me,La Wahlweise mit Geflügelwiener Caramelpudding G,E,M,Me,La,Sf | Energie (kcal): 1543 Energie (kJ): 367 Fett (g): 10,2 Kohlenhydrate (g): 51,1 Eiweiß (g): 14 |
| 24.03.19 | Bio Flädle Gemüsebouillon G,G1,Ei,M,Me,La,S Putenmedaillon in Butter-Kräutersoße G,G1,M,Me,La,S Kaisergemüse "naturell" Kartoffelkroketten Ei,M,Me,La Banane | Energie (kcal): 2886 Energie (kJ): 687 Fett (g): 26 Kohlenhydrate (g): 80,8 Eiweiß (g): 24,8 | Bio Flädle Gemüsebouillon G,G1,Ei,M,Me,La,S Spinatpfannekuchen mit Frischkäsefüllung G,G1,Ei,M,Me,La Tomaten-Mozzarella-soße M,Me,La Kaisergemüse "naturell" Kartoffelkroketten Ei,M,Me,La Banane | Energie (kcal): 3331 Energie (kJ): 794 Fett (g): 33,2 Kohlenhydrate (g): 94,8 Eiweiß (g): 21,1 |

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

Guten Appetit wünscht Ihnen Ihr Verpflegungsteam!

"Essen hält Leib und Seele zusammen"