



Speiseplan

AHZ - Robert-Krekel-Haus/Konrad Arndt

38. WOCHE

vom 11.09.2019 bis 22.09.2019



	Menü 1			Menü 2		
<p>Montag 16.09.19</p>	Blumenkohlcremesuppe Kasseler- Nacken Kartoffelpüree Sauerkraut Apfelmus	G,G1,M,Me,La,S M,Me,La Me,M,La G,E,M,Me,La,Sf	Energie (kcal): 760 Energie (kJ): 3168 Fett (g): 45,7 Kohlenhydrate (g): 59,1 Eiweiß (g): 21,8	Blumenkohlcremesuppe Topfenknödel mit Vanillesauce Apfelmus	G,G1,M,Me,La,S G,G1,Ei,M,Me,La G,G1,M,Me,La G,E,M,Me,La,Sf	Energie (kcal): 652 Energie (kJ): 2739 Fett (g): 25,1 Kohlenhydrate (g): 85,8 Eiweiß (g): 17,6
<p>Dienstag 17.09.19</p>	Tomatencremesuppe Westfälisches-Zwiebelfleisch in Cremesoße Kartoffelrösti Mischsalat mit Dressing Caramelpudding	G,G1,M,Me,La,S G,G1,M,Me,La,S,Sn G,E,M,Me,La,Sf	Energie (kcal): 658 Energie (kJ): 2757 Fett (g): 30,9 Kohlenhydrate (g): 65,8 Eiweiß (g): 25,3	Tomatencremesuppe Nudel-Brokkoliauflauf Bio Tomatensoße Mischsalat mit Dressing Caramelpudding	G,G1,M,Me,La,S G,G1,M,Me,La G,G1,M G,E,M,Me,La,Sf	Energie (kcal): 675 Energie (kJ): 2831 Fett (g): 28,6 Kohlenhydrate (g): 81,8 Eiweiß (g): 20,4
<p>Mittwoch 18.09.19</p>	Karottencremesuppe Heringsfilet "Hausfrauen Art" Petersilienkaroffeln Mischsalat mit Essig Öldressing Wassermelone	G,G1,M,Me,La,S Fi,M,Me,La	Energie (kcal): 627 Energie (kJ): 2628 Fett (g): 27,6 Kohlenhydrate (g): 59,9 Eiweiß (g): 28,1	Karottencremesuppe Ofenkartoffel mit Kräuterquark Tomatensalat Wassermelone	G,G1,M,Me,La,S M,Me,La	Energie (kcal): 351 Energie (kJ): 1469 Fett (g): 13,7 Kohlenhydrate (g): 38,3 Eiweiß (g): 13,7
<p>Donnerstag 19.09.19</p>	Bio Flädle Gemüsebouillon Schweinenackensteak Bratkartoffeln Mischsalat mit Essig Öldressing Creme "Bayrische Art"	G,G1,Ei,M,Me,La,S M,Me,La	Energie (kcal): 773 Energie (kJ): 3223 Fett (g): 41,5 Kohlenhydrate (g): 58,5 Eiweiß (g): 35	Bio Flädle Gemüsebouillon Blumenkohl-Kartoffelrösti Salzkartoffeln Sauce Hollandaise Creme "Bayrische Art"	G,G1,Ei,M,Me,La,S Ei,M,Me,La G,G1,M,Me,La,S M,Me,La	Energie (kcal): 493 Energie (kJ): 2062 Fett (g): 22 Kohlenhydrate (g): 47,5 Eiweiß (g): 20,9
<p>Freitag 20.09.19</p>	Gemüsesuppe mit Muschelnudeln Alaska-Seelachschnitte in Senf Kräutersoße Spiralnudeln Bunter Mischsalat mit Dressing Banane	G,G1,S G,G1,Fi,M,Me,La,S,Sn G,G1	Energie (kcal): 763 Energie (kJ): 3206 Fett (g): 26 Kohlenhydrate (g): 98,5 Eiweiß (g): 26,2	Gemüsesuppe mit Muschelnudeln Sojaschnitzel mit Paprika Topping Polenta -Rauten Bunter Mischsalat mit Dressing Banane	G,G1,S G,G1,Sb G,G1,Ei,M,Me,La	Energie (kcal): 893 Energie (kJ): 3737 Fett (g): 42,2 Kohlenhydrate (g): 97,7 Eiweiß (g): 24,8
<p>Samstag 21.09.19</p>	Kartoffel-Möhreneintopf mit Wienerwürstchen wahlweise Geflügelwienerwürstchen Fruchtjoghurt Pfirsich-Maracuja	S M,Me,La,S,Sn M,Me,La,S M,Me,La	Energie (kcal): 465 Energie (kJ): 1935 Fett (g): 29,4 Kohlenhydrate (g): 29,8 Eiweiß (g): 16,5	Veg. Linseneintopf Fruchtjoghurt Pfirsich-Maracuja	S M,Me,La	Energie (kcal): 470 Energie (kJ): 1990 Fett (g): 5,1 Kohlenhydrate (g): 88,7 Eiweiß (g): 15,4
<p>Sonntag 22.09.19</p>	Gelbe Gemüsesuppe Putenmedaillon in Butter-Kräutersoße Blumenkohl-Brokkoligemüse "naturell" und Salzkartoffeln Trauben	M,Me,La,S G,G1,M,Me,La,S,Sn	Energie (kcal): 824 Energie (kJ): 3450 Fett (g): 40 Kohlenhydrate (g): 71,2 Eiweiß (g): 36,7	Gelbe Gemüsesuppe Brokoli und Fingermöhren "naturell" Petersilienkartoffeln Vegetarische Soße "Stroganoff" Trauben	M,Me,La,S G,G1,M,Me,La,S	Energie (kcal): 412 Energie (kJ): 1726 Fett (g): 14,4 Kohlenhydrate (g): 52,6 Eiweiß (g): 8,6

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

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