

# Speiseplan

16.01.2018

vom:

bis:

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Haupt- speise</b>	Erbseneintopf mit Kassler- würfeln und Wiener Würstchen Z: 1, 2, 16  Brot, Vollkornbrot A: 51, 66, 69	Gegrillte Hähnchen- brust mit Paprika- Rahm-Soße auf Gemüsereis oder Kartoffeln A: 52	Spirelli* mit Tomaten- Jagdwurst- Soße und Reibekäse Z: 1, 2, 3, 8 A: 51, 58, 52  *auch Vollkornnudeln	Gehacktes- stippe (Schweine- gehacktes) mit Petersilienkartoffeln und Gewürz- gurke Z: 1, 4 A: 52, 58	Seelachsroulade mit Gemüsefüllung, leichter Senfsoße, Buttermöhren und Petersilien- kartoffeln A: 51, 52, 60	Sahne- gulasch von der Pute mit Waldpilzen und Kartoffeln A: 52, 58	Minihaxe vom Jung-schwein mit Sauerkraut und Petersilien- kartoffeln Z: 12 A: 57, 58, 52
<b>vom Büfett</b>	1 Stück Frischobst (Apfel o. ä.)	<b>täglich wechselndes Salatbuffet</b>				Salatbüfett (Balkan-salat) Z: 4, 2	Tagesdessert (Mandarinenko- mpott)
		Apfelmus	Rote Grütze mit Dessertsoße mit Vanillearoma	Ananas- kompott	Erdbeerquark- speise		
<b>Nährwert Haupt- speise</b>	kcal: 925 Eiweiß: 45,1 g Kohlenhydrate: 112,0 g Fett: 32,1 g	kcal: 500 Eiweiß: 46,0 g Kohlenhydrate: 61,0 g Fett: 10,0 g	kcal: 690 Eiweiß: 37,0 g Kohlenhydrate: 48,0 g Fett: 23,0 g	kcal: 640 Eiweiß: 40,1 g Kohlenhydrate: 51,2 g Fett: 29,4 g	kcal: 393 Eiweiß: 31,0 g Kohlenhydrate: 42,0 g Fett: 11,0 g	kcal: 527/655 Eiweiß: 48,7/49,0 g Kohlenhydrate: 44,8/73,0 g Fett: 15,8/17,7 g	kcal: 758 Eiweiß: 48,4 g Kohlenhydrate: 75,1 Fett: 27,6 g