

Speiseplan Mittagessen - 3 / 2019 (14.01 - 20.01.2019)

Tag	Menü 1	Menü 2	Vegetarisch
Montag 14.01.2019	Schweinegulasch (RE), Salzkartoffeln (RE), Rote Beete Salat ^{12, 13, 21} KH:34, EW:30, FE:17, kcal:526	Rindergulasch (RE) , Salzkartoffeln (RE), Rote Beete Salat ^{12, 21} KH:32, EW:29, FE:19, kcal:433	Pellkartoffel mit Kräuterquark ¹⁹ KH:31, EW:26, FE:1, kcal:246
Dienstag 15.01.2019	Hühnerreiseintopf mit Vollkornreis, Brötchen ^{21,13} KH:35, EW:16, FE:12, kcal:327	./.	Gemüseintopf (vegetarisch), Brötchen ^{19, 21,13} KH:28, EW:8, FE:34, kcal:447
Mittwoch 16.01.2019	Thai- Nudelpfanne (vegetarisch) ^{13, 19, 21} KH:42, EW:32, FE:36, kcal:619	./.	./.
Donnerstag 17.01.2019	Gebratene Hackbällchen (RE Schwein), Rahmsauce, Möhrenpüree, Salat ^{13, 19, 21,22} KH:23, EW:31, FE:37, kcal:559	Gebratene Hackbällchen (Geflügel), Rahmsauce, Möhrenpüree, Salat ^{13, 19, 21,22} KH:23, EW:31, FE:37, kcal:549	Vegetarische Bällchen, veg Rahmsauce, Möhrenpüree, Salat ^{13, 19, 21,22} KH:23, EW:31, FE:27, kcal:529

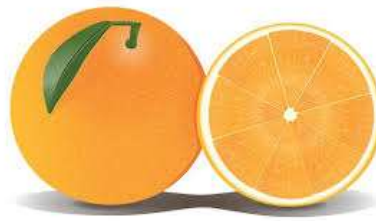
Zusatzstoffe: 12 - Mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 13 - Enthält Gluten, 21 - Enthält Sellerie, 19 - Enthält Milch / Laktose, 25 - Enthält Schwefeldioxid und Sulfite, 22 - Enthält Senf
 Nährwertangaben in Gramm(g): KH - Kohlenhydrate, EW - Eiweiß, FE – Fett

*** Änderungen Vorbehalten ***

*** Dessert im Wechsel: Obst, Pudding, Joghurt, Quarkspeisen, Teilchen***



E I F E L



Grün hinterlegte Produkte sind aus biologischem Anbau DE-ÖKO-006
Blau hinterlegte Produkte sind von der Regionalmarke Eifel

