


















Speisenplan vom 18.03.2019 bis 24.03.2019



| | Vollkost | Zz/AI | kcal | Leichte Vollkost | Zz/AI | kcal | Vegetarische Kost | Zz/AI | kcal |
|-------------------|--|-------------------------------------|-------------------|--|--------------------------------|------------------------|---|---|-------------------|
| Montag | Brokkolicremesuppe ***  | 18 | 56 | Brokkolicremesuppe ***  | 18 | 56 | Brokkolicremesuppe *** | 18 | 56 |
| | geschmortes Hackfleisch mit Lauchgemüse an heller Soße dazu Vitalnudeln *** | 14 18 31 | 358 | Gebrautes Putensteak auf Gemüsestreifen mit Petersilienkartoffeln und einem gemischten Salat *** | 1,3,9 18 20 21 | 245 110 125 | Kartoffelpuffer mit Apfelmus *** | 3 14 | 529 |
| | Schokopudding | 18 | 106 | Schokopudding | 18 | 106 | Schokopudding | 18 | 106 |
| | | | | | | | | | |
| Dienstag | Gemüsebrühe mit Sternchennudeln ***  | 14 20,31 | 11 | Gemüsebrühe mit Sternchennudeln ***  | 14 20,31 | 11 | Gemüsebrühe mit Sternchennudeln *** | 14 20,31 | 11 |
| | Hähnchenbrustfilet auf Blattspinat mit Basilikum-Vollkornpenne *** | 14,17 18 20 31 | 156 141 247 | Kalbsbratwurst mit Kräuterrahmkohlrabi und Petersilienkartoffeln *** | 1,3,6 9,18 20,21 31 | 403 100 110 | Käsespätzle mit einem gemischten Salat *** | 14 18 21 31 | 791 125 |
| | Vanillequarkspeise | 18 | 148 | Vanillequarkspeise | 18 | 148 | Vanillequarkspeise | 18 | 148 |
| | | | | | | | | | |
| Mittwoch | Gemüsecremesuppe ***  | 18 | 54 | Gemüsecremesuppe ***  | 18 | 54 | Gemüsecremesuppe ***  | 18 | 54 |
| | Schweineschnitzel "Jäger Art" mit Spätzle und einem gemischten Salat *** | 1,2 3,14 17,18 20,21 31 | 330 192 125 | Lachswürfel in Tomatensoße auf Spaghetti dazu ZucchiniGemüse *** | 14 15 18 31 | 282 224 68 | Grünkernfrikadelle mit Sesamkartoffeln und einem Schnittlauch-Quark-Dip dazu einen gemischten Salat *** | 1,3,9 14,16 17,18 20,21 22,31 | 275 115 125 |
| | Obst der Saison | 73 | | Obst der Saison | 73 | | Obst der Saison | 73 | |
| | | | | | | | | | |
| Donnerstag | Gemüsebrühe mit Grießklößchen ***(4,14,20,18,31)  | *** 1,3,9 18,20 21 31 | 39 374 109 | Gemüsebrühe mit Grießklößchen ***(4,14,20,18,31) Königsberger Klopse in Kapernsoße mit Erbsen-Möhren-Gemüse und Butterreis *** | *** 1,14 18 31 249 | 39 434 68 249 | Gemüsebrühe mit Grießklößchen ***(4,14,20,18,31)  Vegetarische Maultaschen auf Gemüserahm und einem gemischten Salat *** | *** 1,14 18 20 21,31 | 39 372 125 |
| | Eiscreme | 18 | 90 | Eiscreme | 18 | 90 | Eiscreme | 18 | 90 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Freitag | Kohlrabicremesuppe ***  | 18 | 54 | Kohlrabicremesuppe ***  | 18 | 54 | Kohlrabicremesuppe ***  | 18 | 54 |
| | Backfisch an Senfsoße mit Paprika-Mais-Erbsen-Gemüse und Kartoffelpüree *** | 1,3,9 15 18 21,31 | 273 111 106 | Frikasse vom Hähnchen mit Spargel dazu Vitalreis und Rote Bete Salat *** | 1,18 21 31 41 | 261 177 41 | Pellkartoffeln mit Kräuterquark und einem gemischten Salat *** | 18 21 | 562 125 |
| | Fruchtjoghurt Pfirsich-Maracuja | 18 | 124 | Fruchtjoghurt Pfirsich-Maracuja | 18 | 124 | Fruchtjoghurt Pfirsich-Maracuja | 18 | 124 |
| | | | | | | | | | |
| Samstag | *** Linseneintopf mit Speckwürfeln und Bockwurst *** | 2,3 4,9 20 | 587 | ***  Möhreneintopf mit Geflügelkräuterbällchen *** | 3 9 | 273 | ***  Möhreneintopf mit Tofubällchen *** | 3,9 14,16 17 18 20 | 346 |
| | Ananaskompott | 80 | | Ananaskompott | 80 | | Ananaskompott | 80 | |
| Sonntag | Gemüsebrühe mit Reis ***  | 20 | 41 | Gemüsebrühe mit Reis ***  | 20 | 41 | Gemüsebrühe mit Reis ***  | 20 | 41 |
| | Rheinischer Sauerbraten mit Apfelrotkohl und Kräuterkartoffeln *** | 3,5,9 18,19 20,21 31 | 332 78 110 | Kalbsbraten auf Rosmarinjus mit Kaisergemüse und Kräuterkartoffeln *** | 3,9 20 21 31 | 258 74 110 | Brokkolitorfchen auf einer Gemüse-Käse-Soße dazu Salbeikartoffeln *** | 1,3,9 14,17 18,19 20,31 | 433 110 |
| | Apfelmus mit Zimthaube | 3 | 84 | Apfelmus mit Zimthaube | 3 | 84 | Apfelmus mit Zimthaube | 3 | 84 |
| | | | | | | | | | |

