

Übersicht Nährwerte, Zusatzstoffe

18.09.2017 - 24.09.2017

Tag	Suppe/Dessert	Vollkost	Leichte Kost	Vegetarische Kost	Salatteller
Montag 18.09.2017	Selleriecremesuppe 18,18a,18b,18c,1 22 Kcal/ 1,9 g F/ 1,1 g ges.Fs/ 0,3 g E/ 1 g KH/ 0,1 g Zucker/ 0 g Salz	Hähnchenragout"Asiatisch" 3,18,18c,18a,20 Basmatireis Möhrensalat	Kräuterhackbraten 18,18a,18b,18c,1 in Sauce, 10,11,12,18,18a, mit Schwarzwurzeln 3,10 und Kartoffeln 29	Kartoffel-Gemüseauflauf 18,18a,18b,18c,1 Gurkensalat	Großer Salatteller mit Cocktaildressing dazu 1,5,10,11,12,13,1 Oliven und Pepperoni 3,6,10,11,12,13
	Vanillequark "Tutti Frutti" 1,10,24 171 Kcal/ 5,6 g F/ 3,4 g ges.Fs/ 9,3 g E/ 20,1 g KH/ 16,3 g Zucker/ 0,1 g Salz	391 Kcal/ 11,6 g F/ 1,8 g ges.Fs/ 25,3 g E/ 45,3 g KH/ 5,5 g Zucker/ 2,3 g Salz	347 Kcal/ 13,9 g F/ 4,9 g ges.Fs/ 18,7 g E/ 35,8 g KH/ 2,2 g Zucker/ 4,5 g Salz	528 Kcal/ 33,8 g F/ 19,4 g ges.Fs/ 20,8 g E/ 34,6 g KH/ 2,3 g Zucker/ 2,3 g Salz	310 Kcal/ 24,3 g F/ 10,1 g ges.Fs/ 6 g E/ 15,9 g KH/ 2,4 g Zucker/ 3,6 g Salz
Dienstag 19.09.2017	Geflügelcremesuppe 3,18,18a,18b,18c 61 Kcal/ 4,5 g F/ 1,7 g ges.Fs/ 1,3 g E/ 5,6 g KH/ 0,2 g Zucker/ 1,3 g Salz	Frische Bratwurst 1 Sauce 10,11,12,18,18a, Kohlrabi 24 und Kartoffelpüree 1,24	Hähnchenbrustfilet Geflügelsauce, 3,18,18c,18a,20, Gemüsemischung Fit und Kartoffeln 29	Penne mit einer 18,18a Bärlauch-Frischkäsesauce 18,18a,24 Blattsalat "Gartenmix"	Großer Salatteller Kräuterdressing 1,5,18,18a,20,24 und Mozzarella in Pesto 2,3,20,24,25,25c
	Pfirsichkompott 86 Kcal/ 0,1 g F/ 0 g ges.Fs/ 0,5 g E/ 20,4 g KH/ 18,6 g Zucker/ 0 g Salz	568 Kcal/ 37,1 g F/ 15,6 g ges.Fs/ 26,1 g E/ 32,9 g KH/ 1,6 g Zucker/ 3,8 g Salz	347 Kcal/ 7,3 g F/ 1,3 g ges.Fs/ 33,1 g E/ 35,6 g KH/ 2,4 g Zucker/ 3,8 g Salz	344 Kcal/ 25,9 g F/ 8,6 g ges.Fs/ 20,9 g E/ 7,2 g KH/ 0,4 g Zucker/ 3,2 g Salz	521 Kcal/ 42,7 g F/ 23,4 g ges.Fs/ 20 g E/ 14,4 g KH/ 2,3 g Zucker/ 0,9 g Salz
Mittwoch 20.09.2017	Spinatcremesuppe 18,18a,18b,18c,1 26 Kcal/ 2,3 g F/ 1,4 g ges.Fs/ 0,5 g E/ 0,7 g KH/ 0 g Zucker/ 0,4 g Salz	Gefüllte Paprikaschote 18,18a,18b,18c,1 Paprikasauce 24 Erbsenreis "Risi Bisi"	Seelachsfilet gebraten 18,18a,18b,18c,1 Zitronenbittersauce 18,18a,18b,18c,1 mit Gemüsebett 26 und Salzkartoffeln 29	Gebackener Feta-Käse 18,24 mit Tzaziki und 24 Kartoffelspalten, 18,18a,18b,18c,1 dazu Krautsalat	Großer Salatteller mit Garnelenspieß 19 Sauerrahmdressing 3,20,23,24,26,27
	Kokoscreme 18a,24 97 Kcal/ 2,6 g F/ 1,6 g ges.Fs/ 2,5 g E/ 15,7 g KH/ 7 g Zucker/ 0,1 g Salz	325 Kcal/ 14,3 g F/ 4,9 g ges.Fs/ 12,5 g E/ 36,1 g KH/ 2,1 g Zucker/ 1,7 g Salz	425 Kcal/ 9,6 g F/ 1,3 g ges.Fs/ 29,8 g E/ 52,6 g KH/ 4,8 g Zucker/ 4,2 g Salz	791 Kcal/ 50,9 g F/ 27,2 g ges.Fs/ 37,2 g E/ 44,7 g KH/ 6,7 g Zucker/ 2 g Salz	263 Kcal/ 13,9 g F/ 6,8 g ges.Fs/ 17,9 g E/ 15,7 g KH/ 4,8 g Zucker/ 1,3 g Salz
Donnerstag 21.09.2017	Käsecremesuppe 18,18a,23,24 22 Kcal/ 1,9 g F/ 1,1 g ges.Fs/ 0,7 g E/ 0,5 g KH/ 0 g Zucker/ 0,4 g Salz	Rindergulasch 18,18a,18b,18c,1 mit Kaisergemüse und Kartoffeln 29	Nudelpfanne 6,10,18,18a,26 und Tomatensauce, 18,18a,18b,18c,1 Blattsalat "Gartenmix"	Milchreis mit 24 Apfelkompott 3,10	Großer Salatteller mit 3 kleine Frikadellen 18,18a,18b,18c,1 und Paprikadressing 1,5,18,18a,20,24
	Rhababegr mit Vanilles. 18,18a,18b,18c,1 72 Kcal/ 1 g F/ 0,6 g ges.Fs/ 1,2 g E/ 13,9 g KH/ 9,7 g Zucker/ 0 g Salz	308 Kcal/ 9,9 g F/ 3,3 g ges.Fs/ 19,8 g E/ 33,6 g KH/ 3,2 g Zucker/ 3,3 g Salz	276 Kcal/ 15,5 g F/ 3,6 g ges.Fs/ 28,3 g E/ 5,2 g KH/ 1,9 g Zucker/ 2,3 g Salz	615 Kcal/ 18 g F/ 10,9 g ges.Fs/ 15,6 g E/ 94,9 g KH/ 28,1 g Zucker/ 0,4 g Salz	399 Kcal/ 28,4 g F/ 13,8 g ges.Fs/ 18,3 g E/ 17,7 g KH/ 2,4 g Zucker/ 1,3 g Salz
Freitag 22.09.2017	Broccoliccremesuppe 18,18a,18b,18c,1 66 Kcal/ 2,7 g F/ 1,1 g ges.Fs/ 1,7 g E/ 8,7 g KH/ 0,7 g Zucker/ 1,8 g Salz	Fischfilet Bordelaise 18,18a,21 mit Kartoffeln 29 Möhrensalat	Geflügelfrikadelle 18,18a Geflügelsauce 3,18,18c,18a,20, Schonkostgemüse 23,26 Kartoffeln 29	Spätzle-Auflauf mit 18,18a,20,24 Tomatensalat	Großer Salatteller mit gekochtem Ei und 20 Sylter-Dressing
	Frischobst 73 Kcal/ 0 g F/ 0,2 g ges.Fs/ 0,4 g E/ 17,2 g KH/ 3,1 g Zucker/ 0 g Salz	478 Kcal/ 23 g F/ 7,1 g ges.Fs/ 27,7 g E/ 38,7 g KH/ 5,3 g Zucker/ 3,2 g Salz	356 Kcal/ 7,9 g F/ 2,5 g ges.Fs/ 28,2 g E/ 41,4 g KH/ 2,6 g Zucker/ 4,1 g Salz	455 Kcal/ 18,3 g F/ 8,7 g ges.Fs/ 17,5 g E/ 54,5 g KH/ 1,6 g Zucker/ 3,1 g Salz	328 Kcal/ 23,1 g F/ 2,8 g ges.Fs/ 10 g E/ 20,5 g KH/ 10,5 g Zucker/ 1,6 g Salz
Samstag 23.09.2017	Gemüsecremesuppe 18,18a,18b,18c,1 57 Kcal/ 2,7 g F/ 1,2 g ges.Fs/ 1,4 g E/ 6,8 g KH/ 0,5 g Zucker/ 1,5 g Salz	Grüner Bohneneintopf 1,2,3,4,17,18,18a	Leichtes Rindergulasch 4,18,18a,18b,18c mit Wachsbohnen dazu Kartoffeln 29	Grüne Bohneneintopf 24,29	
	Nougatcreme 18a,24,25,25a 94 Kcal/ 2,6 g F/ 1,6 g ges.Fs/ 2,5 g E/ 14,9 g KH/ 6,6 g Zucker/ 0,1 g Salz	311 Kcal/ 18,7 g F/ 7,6 g ges.Fs/ 13,2 g E/ 22,1 g KH/ 0,9 g Zucker/ 2,8 g Salz	293 Kcal/ 10 g F/ 4,1 g ges.Fs/ 19,7 g E/ 29,8 g KH/ 0,9 g Zucker/ 2,8 g Salz	155 Kcal/ 0,6 g F/ 0,2 g ges.Fs/ 7,7 g E/ 28,6 g KH/ 1,2 g Zucker/ 1,7 g Salz	
Sonntag 24.09.2017	klare Rindfleischsuppe 8,18,18a,18b,18c 36 Kcal/ 1,5 g F/ 0,7 g ges.Fs/ 2,5 g E/ 3,1 g KH/ 0,2 g Zucker/ 0,5 g Salz	Rinderroulade mit 2,3,5,8,11,14,16, Bratensauce, 18,18a,18b,18c,1 Apfelrotkohl 3,5,10,18,23,29 Kartoffeln 29	Hähnchenbrustfiletroulade 18,18a,18b,18c,1 in Geflügelsauce 3,18,18c,18a,20, mit Broccoliroschen 25,25h und Kartoffeln 29	Sellerieschnitzel mit 1,18,18a,18b,18c,18d,20,24,26 Petersiliensauce 18,24 dazu Kartoffeln 29 Blattsalat	
	Vanillepudding 18,18a,18b,18c,1 90 Kcal/ 2,5 g F/ 1,5 g ges.Fs/ 2,4 g E/ 14,4 g KH/ 6,6 g Zucker/ 0,1 g Salz	440 Kcal/ 15,2 g F/ 2,4 g ges.Fs/ 27 g E/ 40,7 g KH/ 5,3 g Zucker/ 4,9 g Salz	296 Kcal/ 7 g F/ 1,5 g ges.Fs/ 22,1 g E/ 34,7 g KH/ 1,9 g Zucker/ 4,1 g Salz	359 Kcal/ 18 g F/ 3,4 g ges.Fs/ 14,8 g E/ 33,7 g KH/ 2 g Zucker/ 4,1 g Salz	

1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 Geschmacksverstärker, 5 geschwefelt, 6 geschwärzt, 7 gewachst, 8 mit Phosphat, 9 Süßholzwurzel, 10 Süßholzwurzel(n), 11 mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, 12 enthält eine Phenylalaninquelle, 13 abführende Wirkung, 14 mit Milcheiweiß/Molkenpulver/Milchpulver/Sahne, 15 mit Hühnereiweiß, 16 mit Stärke, 17 mit Nitrat/Nitritpökelsalz, 18 Gluten/ -erzeugnisse, 18a Weizen, Dinkel, Kamut, 18b Roggen, 18c Gerste, 18d Hafer, 19 Krebstiere/ -erzeugnisse, 20 Eier/ -erzeugnisse, 21 Fisch/ -erzeugnisse, 22 Erdnüsse/ -erzeugnisse, 23 Soja/ -erzeugnisse, 24 Milch/ -erzeugnisse, 25 Schalenfrüchte/ -erzeugnisse, 25a Haselnuss, 25b Walnuss, 25c Cashewnuss, 25d Pekannuss, 25e Paranuss, 25f Macadamianuss, 25g Pistazien, 25h Mandeln, 26 Sellerie/ -erzeugnisse, 27 Senf/ -erzeugnisse, 28 Sesamsamen/ -erzeugnisse, 29 Schwefeldioxid u. -sulfite, 30 Lupine/ -erzeugnisse, 31 Weichtiere/ -erzeugnisse, 32 koffeinhaltig