

Speiseplan 3 Winter Woche vom 13.03. bis 19.03.2023

	Mittagessen I Vollkost	Mittagessen II leichte Vollkost	
Montag	Rohkostsalat (b,j), Eierkuchen (a,b,c) mit Apfelkompott	Rohkostsalat (b,j), Tortelloni (a,c) mit Pestosoße (b,c,j) Apfelkompott	
	EW 2,5/10,5/0,5 kcal 48/563/114 BE 0,5/5/2,5	EW 2,5/41/0,5 kcal 48/404/114 BE 0,5/2/2,5	
Dienstag	Nudelhörnchen (a,c) mit Hackfleischsoße (c,j), Birnenkompott (2)	Pochiertes Schollenfilet(l) auf Gorgonzolasoße (b,c,j), Kartoffelbrei (b), Birnenkompott (2)	
	EW 24,5/10,5 kcal 723/114 BE 5,5/2,5	EW 38,5/0,5 kcal 549/114 BE 2,5/2,5	
Mittwoch	Weißer Bohnensuppe(j) mit Rauchfleisch (9), Vanillepudding (b) mit Schokosoße (b)	Selleriepüreesuppe (b,j) mit Rindfleisch, Vanillepudding (b) mit Schokosoße (b)	
	EW 12,5/5 kcal 341/170 BE 2,5/2,5	EW 11,5/5 kcal 341/170 BE 1/2,5	
Donnerstag	Tafelspitz in Meerrettichtunke (b,c,j), Kartoffeln, Rotkohlsalat	Würzfleisch (b,c,j), Kartoffelbrei (b), Rotkohlsalat	
	EW 30,5/1,5 kcal 330/91 BE 3/1	EW 26,5/1,5 kcal 596/91 BE 2,5/1	
Freitag	Pan. Seelachsfilet (a,c,l) in Dillsoße (b,c,j), Kartoffeln, Selleriesalat (b,j)	Gemüseröllchen(a,j) in Sahnesoße(b,c,j), Kartoffelbrei (b), Selleriesalat(b,j)	
	EW 33,5/2,5 kcal 552/56 BE 4/0,5	EW 21,5/2,5 kcal 606/56 BE 4/0,5	
Samstag	Wiringsuppe(j) mit Rauchfleisch (9), Obstauswahl	Blumenkohlcremesuppe (a,b,c), Obstauswahl	
	EW 10/0,5 kcal 292/81 BE 1,5/1,5	EW 7,5/0,5 kcal 426/81 BE 1,5/1,5	
Sonntag	Rinderroulade (c,j,k), Rotkohl , Thüringer Klöße (c) (7), Cremedesser (b,e)	Truthahnragout (b,c,j) mit Spargel, Kartoffelbrei (b), Cremedessert (b,e)	
	EW 36/3 kcal 620/208 BE 3,5/2,5	EW 32/3 kcal 466/208 BE 2,5/2,5	

Änderungen sind möglich !