

# Speiseplan vom 16.09.2024 bis 22.09.2024, 38. Kalenderwoche

	Menü 1/ normale Kost	Nährwerte	Menü 2/ leichte Kost	Nährwerte	Dessert	Nährwerte	Informationserläuterung Nährwerte
16.09.2024 Montag	Linseneintopf mit Rotwursteinlage	kcal: 452, E: 24,16 g, F: 7,85 g, KH: 65,75 g	Nudelsuppe mit Hühnerfleisch	kcal: 357, E: 19,66 g, F: 6,56 g, KH: 53,16 g	Sahnejoghurt	kcal: 210, E: 3,90 g, F: 12,45 g, KH: 19,05 g	Energie (Kilokalorien) = kcal
	1,2,3,4,5,8,a,a1,i,j,l		1,4,a,a1,c,i,j		g		Eiweiß (Protein) = E: in g Fett = F: in g Kohlenhydrate = KH: in g
17.09.2024 Dienstag	Weißkohl-Hackfleischstippe in kräftiger Bratensoße, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 340, E: 20,48 g, F: 15,97 g, KH: 25,23 g	pikante Gehacktesstippe, hausgemachter Kartoffelbrei, Gewürzgurke	kcal: 417, E: 22,10 g, F: 19,46 g, KH: 34,48 g	Frisches Obst nach Angebot	kcal: 46, E: 0,41 g, F: 0,13 g, KH: 10,24 g	<b>Legende der Zusatzstoffe und Allergene:</b>  1 = mit Farbstoff/en, 11 = mit Zuckerart/en und Süßungsmittel/n, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = geschwefelt, 8 = mit Phosphat/en, 9 = mit Süßungsmittel/n, a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a3 = Gerste, c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, f = Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g = Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschl. Laktose), h = Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse, h2 = Haselnüsse, i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, l = Schwefeldioxide und Sulphite >10 mg/kg oder 10mg/l
	1,3,5,a,a1,g,l		1,2,9,a,a1,g		2		
18.09.2024 Mittwoch	Jägerschnitzel, Möhrengemüse, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 458, E: 17,06 g, F: 24,28 g, KH: 39,68 g	pikantes Wurstragout in Rahmsoße, Möhrengemüse & Kartoffelbrei	kcal: 497, E: 18,09 g, F: 34,39 g, KH: 29,15 g	Pflaumenkompott	kcal: 90, E: 0,38 g, F: 0,13 g, KH: 20,75 g	
	1,2,3,5,8,a,a1,g,j,l		1,2,3,5,8,a,a1,g,i,j,l		3		
19.09.2024 Donnerstag	cremiger Milchreis mit Zimt & Zucker	kcal: 547, E: 20,50 g, F: 13,78 g, KH: 84,76 g	Schweineschnitzel "Cordon bleu", Bohnengemüse, Kartoffelbrei	kcal: 602, E: 39,45 g, F: 27,08 g, KH: 46,72 g	Bratapfelkompott	kcal: 63, E: 0,10 g, F: 0,10 g, KH: 15,50 g	
	g		1,2,3,5,8,a,a1,g,l		3		
20.09.2024 Freitag	zarte Fischrikadelle an Speck-Senfsoße, hausgem. Kartoffelsalat oder Kartoffelbrei	kcal: 568, E: 21,80 g, F: 27,71 g, KH: 55,38 g	hausgemachter Kräuterquark mit Pellkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 337, E: 19,58 g, F: 9,71 g, KH: 35,81 g	Fruchtsaftgetränk	kcal: 84, E: 0,00 g, F: 0,00 g, KH: 20,00 g	
	1,2,3,5,8,a,a1,a3,d,g,j,l		1,3,5,g,l		3		
21.09.2024 Samstag	Waldpilzragout mit Schweinefleisch, Kartoffelklöße oder Kartoffelbrei	kcal: 440, E: 34,10 g, F: 15,77 g, KH: 38,18 g	Waldpilzragout mit Schweinefleisch, Kartoffelklöße oder Kartoffelbrei	kcal: 440, E: 34,10 g, F: 15,77 g, KH: 38,18 g	Becher Dessert nach Angebot	kcal: 131, E: 3,00 g, F: 5,73 g, KH: 16,65 g	<b>Hinweis zum Abendbrot:</b> Die Informationen zu den im Abendbrot enthaltenen Inhalts- & Zusatzstoffen sowie Allergene befinden sich in einem separaten Ordner auf dem jeweiligen Wohnbereich und können dort eingesehen werden!
	1,3,4,5,a,a1,g,j,l		1,3,4,5,a,a1,g,j,l		a,a1,g		
22.09.2024 Sonntag	feiner Hackbraten an Erbsengemüse, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 583, E: 22,08 g, F: 37,42 g, KH: 36,16 g	feiner Hackbraten an Erbsengemüse, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 583, E: 22,08 g, F: 37,42 g, KH: 36,16 g	Becher Dessert nach Angebot	kcal: 131, E: 3,00 g, F: 5,73 g, KH: 16,65 g	Küchenleiter*in Hauswirtschaftsleiter*in Bewohnerbeirat
	1,3,5,8,a,a1,c,g,j,l		1,3,5,8,a,a1,c,g,j,l		a,a1,g		

Änderungen vorbehalten