

## Speiseplan vom 02.08.2021 bis 08.08.2021, 31. Kalenderwoche

	Montag 02.08.2021	Dienstag 03.08.2021	Mittwoch 04.08.2021	Donnerstag 05.08.2021	Freitag 06.08.2021	Samstag 07.08.2021	Sonntag 08.08.2021
<b>Menü I</b>	Geflügel- frikadelle, Geflügel- Rahmsoße, Erbsen und Wurzeln, Kartoffel- Selleriepüree 719,2 kcal 2998,4 kJ 17,5 g E: 28,1 g F: 38,2 g K: 47,5 g * 1, 3, 5, 15, 32, 33, 34, a, c, g, i, l, a1	Gemüsenudeln mit Hähnchen- streifen, Champignon- rahmsoße, Salat 779,7 kcal 3280,4 kJ 3,4 g E: 47,6 g F: 20,1 g K: 91,6 g * 1, 2, 3, 4, 15, a, c, f, g, i, j, a1	Fleischkäse, Schwarzwurzeln in Rahm, Bio- Kartoffeln 779,4 kcal 3234,9 kJ 16,3 g E: 27 g F: 47,8 g K: 54,5 g * 2, 3, 8, a, g, j	Bockwurst, Bechamel- kartoffeln, bunter Mischsalat, 1000 Island- Dressing 540,6 kcal 2254,8 kJ 13,4 g E: 17,8 g F: 32,8 g K: 42,5 g * 1, 2, 3, 8, 15, a, c, g, j, a1	Fischfilet in Knusperpanade, Schnittlauch- soße, Bio- Kartoffeln, Brokkoli 609,6 kcal 2557 kJ 4,3 g E: 31,1 g F: 17 g K: 64,1 g * 1, 18, a, d, g, a1, a3	Weißer Bohnensuppe mit Kochwurst und Bio- Kartoffeln 595,9 kcal 2490,6 kJ 3,4 g E: 22,8 g F: 56,9 g K: 11, 3, 32, 34, * 2, 3, 8, i	Spießbraten, Soße, Backgemüse, Bio-Kartoffeln 731,8 kcal 3050 kJ 11,9 g E: 36,1 g F: 36,2 g K: 49,1 g * 1, 3, 32, 34, a, g, j
<b>Menü II</b>	Schnitzel "Hawaii", Currysoße, Reis, Mischsalat mit Balsamico- Dressing 980,3 kcal 4098,6 kJ 12,1 g E: 35,3 g F: 49,2 g K: 97,8 g * 1, 3, 5, 15, a, b, d, g, j, l, a1	Matjes nach Hausfrauen Art, Bio-Kartoffeln, Gurkensalat 1051,9 kcal 4362,9 kJ 13,5 g E: 24,6 g F: 77 g K: 61,4 g * 1, 2, 3, 5, 9, c, d, g, j, l	Rinder- geschnetzeltes, Spätzle, Salat, Dressing 901,4 kcal 3778,6 kJ 12 g E: 46,7 g F: 42 g K: 80,8 g * 1, 15, a, c, g, j, a1	Hähnchenbrust "Piccata", Ratatouille- gemüse in Tomatenrahm, Reis 936,5 kcal 3926,8 kJ 9,1 g E: 34,6 g F: 40,5 g K: 96,4 g * 1, a, c, f, g, i, j, a1	Hähnchen- schenkel, Wirsinggemüse in Rahm, Bio- Kartoffeln 710,3 kcal 2966,1 kJ 12,4 g E: 50,7 g F: 35,1 g K: 43,5 g * a, g		
<b>Vegetarisch</b>	Eierfrikassee, Erbsen und Wurzeln, Reis 791,5 kcal 3318,7 kJ 13 g E: 33,7 g F: 36 g K: 80 g * 1, a, c, g, a1	Curry-Gemüse- gulasch, Reis, Gurkensalat 366,8 kcal 1567,5 kJ 0,4 g E: 8,5 g F: 3,8 g K: 74 g * 3, 5, a, j, l	Lasagne mit Gemüse-Sugo, Eisbergsalat, Sylter Dressing 753,3 kcal 3153,2 kJ 7,8 g E: 16,7 g F: 31,6 g K: 55 g * 15, a, c, f, g, i, j, a1	Grünkern- eintopf, Vollkorn- brötchen 518,6 kcal 2152,7 kJ 9,4 g E: 19,2 g F: 17,6 g K: 64,3 g * a, g, i, a1, a2, a3	Sellerieschnitte, Schnittlauch- soße, Brokkoli, Bio-Kartoffeln 456,9 kcal 1911,7 kJ 3,3 g E: 15,7 g F: 8,4 g K: 57,4 g * 1, 18, a, g, i, a1	Kartoffelauflauf mit Gemüse 357,4 kcal 1487,2 kJ 11,7 g E: 10,3 g F: 18,2 g K: 36 g * 15, g, i	Gemüsebratlin- g, Creme- Fraiche Soße, Backgemüse, Bio-Kartoffeln 687,4 kcal 2873,8 kJ 1,9 g E: 14,5 g F: 13,8 g K: 85 g * 3, 18, a, g, i, a1
<b>Schonkost</b>	Geflügelstreifen, Geflügel- Rahmsoße, Romanesco, Kartoffel - Selleriepüree 480,5 kcal 2015,4 kJ 10,9 g E: 37,7 g F: 20,9 g K: 30,8 g * 1, 3, 5, 15, 32, 33, 34, 35, g, i, l	Nudeln mit Gemüse, Hähnchen- streifen, Soße 280,4 kcal 1176,7 kJ 3,9 g E: 32,6 g F: 11,3 g K: 13,2 g * 1, 32, 33, 34, 35, g	Fleischkäse, Schwarz- wurzeln, Bio- Kartoffeln 770,1 kcal 3195,1 kJ 15,8 g E: 26,2 g F: 48,5 g K: 52,2 g * 1, 2, 3, 8, g, j	Bockwurst, Soße, Bio- Kartoffeln, Möhren 510,9 kcal 2127,8 kJ 10,2 g E: 14,8 g F: 25,6 g K: 50,6 g * 1, 2, 3, 8, g	Hähnchen- schenkel, Brokkoli, Rahmsoße, Bio- Kartoffeln 683,5 kcal 2850,3 kJ 12,6 g E: 50,3 g F: 36 g K: 37 g * 1, g	Kartoffelsuppe mit Fleischwurst 461,7 kcal 1920,7 kJ 11,1 g E: 14,9 g F: 25,9 g K: 39,6 g * 1, 2, 3, 5, 8, 15, g, i, j, l	Spießbraten, Soße, Wachsbohnen, Bio-Kartoffeln 633,6 kcal 2637,6 kJ 11,8 g E: 35,7 g F: 35,8 g K: 37,2 g * 1, 32, 34, g
<b>Dessert</b>	Quarkspeise mit Heidelbeere 151,9 kcal 640,4 kJ 0,5 g E: 14,3 g F: 0,9 g K: 19,1 g * g	Kaltschale Erdbeere 140,3 kcal 596,1 kJ 0 g E: 0 g F: 0 g K: 0,3 g * 32	Vanillepudding, Fruchtsoße Aprikose 540,6 kcal 2296,3 kJ 1,5 g E: 5,1 g F: 2,3 g K: 31,8 g * 32, g	Rhababer- grütze, Vanillesoße 183,2 kcal 776,7 kJ 1,1 g E: 4 g F: 1,7 g K: 37 g * g	Pistazien- Pudding 142,3 kcal 604,1 kJ 1,3 g E: 4,3 g F: 1,9 g K: 27,2 g * 1, g, h, h3	Eisbecher Schoko 98 kcal 411,1 kJ 3,1 g E: 1,2 g F: 4,8 g K: 12,3 g * 1, g	Pfirsichkompot t 99 kcal 420 kJ E: F: K: 22,5 g *

## Speiseplan vom 09.08.2021 bis 15.08.2021, 32. Kalenderwoche

	Montag 09.08.2021	Dienstag 10.08.2021	Mittwoch 11.08.2021	Donnerstag 12.08.2021	Freitag 13.08.2021	Samstag 14.08.2021	Sonntag 15.08.2021					
<b>Menü I</b>	Rindercurry, Nudeln, Feldsalat	506,5 kcal	Schlemmerfilet, Bio-Kartoffeln, Senfsoße, Möhrenrohkost	916,8 kcal	Hühner- frikassee, Reis, Eisbergsalat, Joghurt dressing süß	Überbackenes Fischfilet auf Blattspinat, Creme fraiche- Soße, Bio- Kartoffeln	Erbsensuppe mit Kasseler und Bockwurst	804,4 kcal				
		2109 kJ		3399,8 kJ				1860,5 kJ	2072,2 kJ	3096,7 kJ	3361,3 kJ	
		7,6 g		21,1 g				2,4 g	11,8 g	1,6 g	4,1 g	
		E: 36,3 g		E: 34,8 g				E: 35 g	E: 37,7 g	E: 37,9 g	E: 32,8 g	
		F: 32,1 g		F: 41,5 g				F: 6,2 g	F: 26,1 g	F: 3,2 g	F: 27,7 g	
K: 15,6 g	K: 76,4 g	K: 55,3 g	K: 66,1 g	K: 33,4 g	K: 57,8 g							
* 1, 3, 5, j, l	* 1, 3, 11, 35, a, c, g, i, k, a1	* a, g, i, m	* 1, 3, 11, 15, 35, a, c, g, a1	* 18, a, d, g	* 2, 3, 8, i, j	* 1, 32, 34, a, c, g, i, a1						
<b>Menü II</b>	Kohlroulade, dunkle Soße, Karotten, Bio- Kartoffeln	690,1 kcal	Köttbulla, Preiselbeer- Rahmsoße, Bio- Kartoffeln, Rote Beete	591,6 kcal	Schaschlik, Reis, Ratatouille in Tomatensoße	Rostbratwurst, Kohlrabi in Rahm, Kartoffelpüree						
		2888,3 kJ		2481 kJ				3167,2 kJ	3399,6 kJ			
		9,2 g		13,4 g				11,3 g	8,3 g	24,3 g		
		E: 18,3 g		E: 23,1 g				E: 37,7 g	E: 33 g	E: 27,5 g	E:	
		F: 28,1 g		F: 31,7 g				F: 27,7 g	F: 30,1 g	F: 51,7 g	F:	
K: 56 g	K: 50,5 g	K: 58,6 g	K: 74,7 g	K: 57,8 g	K:							
* 1, a, g, a1	* 5, 9, 32, 33, 34, a, c, i, a1	* 1, 2, 3, 8, a, g, a1	* 1, 2, 15, a, c, f, g, i, j, a1	* 1, 3, 5, 8, 15, a, g, l	* 0	* 0						
<b>Vegetarisch</b>	Nudeln mit Tomatensoße, Feldsalat	351 kcal	Bunter Gemüseintopf mit Nudeln, Brötchen	619,2 kcal	Veg. Bauern- frühstück, Tomatensoße, Eisbergsalat	Karotten- Sesamschnitte, Brokkoli, Kräutersoße, Bio-Kartoffeln	Quarkauflauf mit Kirschen	583,3 kcal				
		1458,6 kJ		2565,3 kJ				2434,1 kJ	4098,5 kJ	3119,5 kJ	2301,9 kJ	
		1,7 g		10,9 g				12,3 g	11,5 g	9,2 g	0,6 g	
		E: 14,4 g		E: 18 g				E: 23 g	E: 31,3 g	E: 17,1 g	E: 54,4 g	
		F: 17,3 g		F: 27,8 g				F: 23,3 g	F: 54,1 g	F: 36,5 g	F: 0,9 g	
K: 8,2 g	K: 64,4 g	K: 48,9 g	K: 76 g	K: 68,2 g	K: 24,7 g							
* 1, 3, 5, a, g, j, l	* 1, 3, 5, 15, a, c, g, i, l, a1, a3	* 15, 32, a, g	* 1, 15, a, c, g, i	* 1, 32, a, c, g, i, k, a1	* 18, 32, a, c, g	* 15, 32, 34, a, c, g, i						
<b>Schonkost</b>	Rinder- geschnetzeltes, Karotten, Nudeln	397,4 kcal	Seelachs gebraten, Senfsoße, Bio- Kartoffeln, Rote Bete	621 kcal	Hühner- frikassee, Reis	Fischfilet auf Blattspinat, Creme fraiche- Soße, Bio- Kartoffeln	Kartoffelsuppe	534,9 kcal				
		1654,7 kJ		2598,2 kJ				2242,7 kJ	4098,5 kJ	3479,9 kJ	1920,7 kJ	
		6,6 g		7,9 g				3,5 g	5,3 g	5,3 g	11,1 g	
		E: 32,8 g		E: 39,3 g				E: 31,7 g	E: 35,5 g	E: 38,3 g	E: 14,9 g	
		F: 22,1 g		F: 29,1 g				F: 14,6 g	F: 14,7 g	F: 50,2 g	F: 25,9 g	
K: 13,5 g	K: 46,1 g	K: 61,5 g	K: 56,6 g	K: 51,6 g	K: 39,6 g							
* 1, g	* 9, a, d, g, j, a1	* 1, 3, 15, a, g, l, m	* 1, 11, 35, g	* 1, a, d, g, a1	* 1, 2, 3, 5, 8, 15, g, i, j, l	* 1, g						
<b>Dessert</b>	Sahne-Pudding, Himbeersoße	236,2 kcal	Obstsalat	119,4 kcal	Joghurtspeise mit Kirschen	Schokopudding mit Vanillesoße	Heidelbeer- Fruchtsuppe	Vanillepudding mit Brombeersoße	264,4 kcal			
		1002,4 kJ		505 kJ					681,3 kJ	776 kJ	493,8 kJ	1103,8 kJ
		1,3 g		0,1 g					2,3 g	2,3 g	0 g	9,6 g
		E: 4,6 g		E: 0,8 g					E: 5 g	E: 7,5 g	E: 0 g	E: 5,6 g
		F: 2 g		F: 0,4 g					F: 3,7 g	F: 3,5 g	F: 0 g	F: 2,7 g
K: 49,4 g	K: 27,3 g	K: 26,6 g	K: 30 g	K: 0,3 g	K: 44,7 g							
* g	* 1	* g	* 32, g	* 32	* g	* g						

## Speiseplan vom 16.08.2021 bis 22.08.2021, 33. Kalenderwoche

	Montag 16.08.2021	Dienstag 17.08.2021	Mittwoch 18.08.2021	Donnerstag 19.08.2021	Freitag 20.08.2021	Samstag 21.08.2021	Sonntag 22.08.2021
<b>Menü I</b>	Nudeln Alfredo, Paprika-Kräutersoße E: 42,1 g F: 20,1 g K: 86,1 g * 11, a, c, g, a1	Putenoberkeulenbraten, Soße, Erbsen, Bio-Kartoffeln E: 37 g F: 30,4 g K: 49,5 g * 1, 5, 32, 33, 34, g, l	Hausmacher Frikadelle, junger Kohlrabi in Rahm, Bio-Kartoffeln E: 40,1 g F: 38,5 g K: 50,4 g * a, c, g, j, a1	Rindergulasch, Bio-Kartoffeln, Kaisergemüse E: 42,5 g F: 13,1 g K: 47,5 g * 1, 3, a, g	Gebratenes Fischfilet, Senfsoße, Bio-Kartoffeln, Möhrenrohkost E: 39,1 g F: 39,4 g K: 71,2 g * 1, a, d, g, j, a1	Gemüseintopf Sommergarten mit Hackfleisch E: 18,5 g F: 26 g K: 1, 2, 3, 9, a, * 15, g	Rinderroulade mit Soße, Bohnen, Bio-Kartoffeln E: 11,4 g F: 26 g K: 51,8 g * 1, 2, 3, 9, a, g, j, a1
<b>Menü II</b>	Cevapcici, Balkangemüse, Reis, Krautsalat E: 33,5 g F: 47,1 g K: 79,6 g * 1, 3, 5, a, c, g, l	Brathering, Bratkartoffeln mit Speck, Gurkensalat E: 28 g F: 23,3 g K: 50,2 g * 1, 2, 3, 5, 8, 11, 15, a, d, f, j, l, a1	Hühnersuppe, Eistich, Nudeln E: 31,4 g F: 20,8 g K: 14,1 g * 3, 11, 35, a, c, g, a1	Gefüllte Pouladenbrust, Blattspinat, Zitronen-Buttersoße, Bio-Kartoffeln E: 33 g F: 37,7 g K: 41,2 g * 1, a, g, j, a1	Kasselerackchen, Thymiansoße, Romanesco, Bio-Kartoffeln E: 30,7 g F: 26,8 g K: 11,2 g * 1, 2, 3, 8, g		
<b>Vegetarisch</b>	Brokkoli-Nußecke, Porreegemüse in Rahm, Bio-Kartoffeln E: 19,5 g F: 33 g K: 75,5 g * a, g, h, i, a1, a4, h1, h2	Maccaroni-Gemüseauflauf, Tomatensoße E: 28,9 g F: 18,7 g K: 86,6 g * 1, 15, a, c, g, a1	Currylinsen, Vollkornbrötchen, fruchtiger Chinakohlsalat E: 24,8 g F: 28,5 g K: 77,7 g * a, g, m	Gemüsetasche, Schnittlauchsoße, Kaisergemüse, Bio-Kartoffeln E: 15,7 g F: 11,8 g K: 75,5 g * 1, 18, a, c, g, i, a1	Vegetarische Bratwurst, Wirsingkohl, Bio-Kartoffeln E: 16,9 g F: 12,5 g K: 51,8 g * a, f, g, i	Grießbrei mit Heidelbeeren E: 17,9 g F: 7,9 g K: 103,1 g * a, g, a1	Gemüsefrikadelle, Blumenkohl in Rahm, Bio-Kartoffeln E: 13,6 g F: 5,9 g K: 75 g * a, g, i, a1
<b>Schonkost</b>	Nudeln Alfredo, Brokkoli E: 47,3 g F: 21,3 g K: 83 g * 1, a, c, g, a1	Putenoberkeulenbraten, Geflügelsoße, Karotten, Bio-Kartoffeln E: 27,1 g F: 19,5 g K: 49,8 g * 1, g	Hausmacher Frikadelle, junger Kohlrabi in Rahm, Bio-Kartoffeln E: 12,5 g F: 13,5 g K: 45,5 g * c, f, g, j	Rindergulasch, Kaisergemüse, Bio-Kartoffeln E: 39,9 g F: 17,2 g K: 43,2 g * 1, g	Gebratenes Fischfilet, Senfsoße, Romanesco, Bio-Kartoffeln E: 42,4 g F: 60,8 g K: 48,4 g * 1, c, d, f, g, j	Gemüseintopf Sommergarten mit Hackfleisch E: 28,7 g F: 15,8 g K: 24,4 g * 15, i	Rinderroulade, Soße, Blumenkohl, Bio-Kartoffeln E: 33,3 g F: 25,2 g K: 46,2 g * 1, 2, 3, 9, a, g, j, a1
<b>Dessert</b>	Früchtereis E: 4,8 g F: 7,6 g K: 35,3 g * g	Banane E: 1,2 g F: 0,2 g K: 20,1 g *	Mokkapudding E: 4 g F: 7,5 g K: 23,4 g * 17, g	Kaltschale Erdbeer E: 0 g F: 0 g K: 0,3 g * 32	Dickmilch Mango E: 3,7 g F: 3,9 g K: 24,4 g * 32, g	Sahnepudding, Fruchtsoße Himbeere-Heidelbeere E: 4,3 g F: 1,9 g K: 37,4 g * 32, g	Orangencreme E: 2,4 g F: 15,1 g K: 28,9 g * g

## Speiseplan vom 23.08.2021 bis 29.08.2021, 34. Kalenderwoche

	Montag 23.08.2021	Dienstag 24.08.2021	Mittwoch 25.08.2021	Donnerstag 26.08.2021	Freitag 27.08.2021	Samstag 28.08.2021	Sonntag 29.08.2021
<b>Menü I</b>	Gewürfelter Schinken, Petersilienkartoffeln, Spargelgemüse 628,1 kcal 2615,6 kJ 9,4 g E: 27 g F: 20,3 g K: 35,2 g * 1, 2, 3, 15, 32, a, g	Königsberger Klopse, Karpersoße, Bio-Kartoffeln, Rote Beete 730,9 kcal 3047 kJ 14,8 g E: 36,2 g F: 41,7 g K: 48,5 g * 3, 5, 9, a, c, g, j, l, a1	Knipp, Apfelmus, Bio-Kartoffeln 1538,4 kcal 6356,8 kJ 51,6 g E: 27,1 g F: 135 g K: 51,9 g * 3, a, a4	Girosbraten, Tzaziki, Tomatenreis, Krautsalat 1179,3 kcal 4944,6 kJ 21 g E: 50,3 g F: 56,2 g K: 111,7 g * 1, 3, 5, g, l	Gebr. Scholle, Zitronensoße, Kartoffeln, Blattsalat, Joghurt-Dressing 704,5 kcal 2946,1 kJ 5 g E: 29,9 g F: 31,1 g K: 72,1 g * 15, a, c, d, g, j, a1	Schnittbohnen-eintopf mit Kasseler Fleisch 602,2 kcal 2505,4 kJ 20,8 g E: 33,4 g F: 40,5 g K: 1, 32, 34, a, a1	Paniertes Schnitzel, Erbsen, Hollandaise, Bio-Kartoffeln 858,1 kcal 3590,1 kJ 4 g E: 38,1 g F: 27,4 g K: 65,7 g * 1, 32, 34, a, c, g, i, a1
<b>Menü II</b>	Hähnchenbrust auf Ratatouillegemüse, Reis mit Wildreis 777,4 kcal 3267,1 kJ 7,4 g E: 39,7 g F: 27,5 g K: 81,6 g * 1, a, c, f, g, i, j, a1	Heringshappen in Dillrahm, Bio-Kartoffeln, Bohnensalat 1185,2 kcal 4923 kJ 11,7 g E: 30,1 g F: 86,6 g K: 68 g * 3, 5, c, d, g, i, j, l	Rinderbrust, Meerrettichsoße, Möhren, Bio-Kartoffeln 744,7 kcal 3112,1 kJ 14,5 g E: 33,4 g F: 37,4 g K: 63,5 g * 1, 2, 3, 5, a, g, j, l, a1	Putenschnitzel, Rahmsoße, Brokkoli, Bio-Kartoffeln 690 kcal 2884,7 kJ 6,3 g E: 33,4 g F: 24,2 g K: 55,1 g * 1, a, g, a1	Eisbein, Sauerkraut, Kartoffelbrei 636,2 kcal 2662,6 kJ 10,3 g E: 51,7 g F: 28,8 g K: 38,7 g * 1, 2, 3, 5, 8, 15, f, g, l		
<b>Vegetarisch</b>	Kräutercremesuppe, Kaiserschmarren, Preiselbeeren 436,2 kcal 1827,9 kJ 7,3 g E: 4,6 g F: 21,5 g K: 55,7 g * 1, a, g	Vegetarische Chinapfanne mit Glasnudeln, Reis 608,5 kcal 2570,8 kJ 4,2 g E: 14,2 g F: 11,9 g K: 116,8 g * 2, a, b, d, f, g, a1	Nudeln mit Tomatensoße, Salat, Cocktaill-dressing 590,1 kcal 2441 kJ 3,7 g E: 16,4 g F: 18,4 g K: 75,4 g * 1, 11, 15, a, c, g, j, a1	Karotten Sesamschnitte, Kräutersoße, Brokkoli, Bio-Kartoffeln 747,3 kcal 3119,5 kJ 9,2 g E: 17,1 g F: 36,5 g K: 68,2 g * 1, 32, a, c, g, i, k, a1	Eieromelett, Rahmspinat, Karoffeln 516,9 kcal 2154,6 kJ 9,9 g E: 26,3 g F: 21 g K: 49,2 g * a, c, g	Veg. Kohlroulade, Mexikogemüse in Tomatenrahm, Bio-Kartoffeln 671,1 kcal 2808,9 kJ 3,6 g E: 23,8 g F: 15,2 g K: 67,5 g * 1, a, c, f, g, i, a1	Blumenkohl-medallions, Erbsen, Hollandaise, Bio-Kartoffeln 803,6 kcal 3366,7 kJ 4,6 g E: 21,7 g F: 22,5 g K: 76,5 g * 1, 32, 34, a, c, g, i, a1
<b>Schonkost</b>	Gewürfelter Schinken, Petersilienkartoffeln, Spargelgemüse 444,2 kcal 1859,2 kJ 10,3 g E: 26 g F: 20,8 g K: 34,9 g * 2, 3, 15, g	Königsberger Klopse, Karpersoße, Bio-Kartoffeln, Rote Beete 631,1 kcal 2631,6 kJ 16,1 g E: 33,5 g F: 35,4 g K: 41,5 g * 3, 5, 9, c, f, g, j, l	Rinderbrust, Meerrettichsoße, Möhren, Bio-Kartoffeln 656,7 kcal 2736,8 kJ 12 g E: 29,2 g F: 33,3 g K: 54,4 g * 1, 2, 3, 5, g, l	Girosbraten, Rahmsoße, Brokkoli, Bio-Kartoffeln 559,3 kcal 2337 kJ 9,9 g E: 40,2 g F: 26 g K: 38,7 g * 1, g	Eieromelett, Rahmspinat, Kartoffeln 465,8 kcal 1944,9 kJ 9,2 g E: 24,4 g F: 19,7 g K: 42,5 g * c, g	Schnittbohnen-eintopf mit Kasseler Fleisch 454,1 kcal 1895,5 kJ 4,4 g E: 27,1 g F: 17,1 g K: 40,2 g * 1, 2, 3, 8, 15, g, l	Schnitzel, Soße, Blumenkohl, Bio-Kartoffeln 611,2 kcal 2544,6 kJ 7,3 g E: 36 g F: 35,6 g K: 33,7 g * 1, 32, 34, g
<b>Dessert</b>	Pfirsichkompott 99 kcal 420 kJ E: F: K: 22,5 g * 1, g	Quarkspeise mit Kirschen 103,5 kcal 436,4 kJ 1,1 g E: 2,1 g F: 1,8 g K: 19,2 g * 1, g	Kaltschale Aprikose 377,4 kcal 1603,5 kJ 0 g E: 0 g F: 0 g K: 0,9 g * 32	Gießpudding, Mangosoße 488,8 kcal 2074,7 kJ 5 g E: 17,6 g F: 7,5 g K: 78,8 g * 32, a, g, a1	Joghurtspeise mit Erdbeeren 168,1 kcal 713,8 kJ 0,3 g E: 0,6 g F: 0,4 g K: 21 g * 32, g	Mandel-Pudding 218,2 kcal 926 kJ 2 g E: 6,9 g F: 3,1 g K: 41,1 g *	Vanillecreme 151,4 kcal 636,8 kJ 3,9 g E: 3,8 g F: 6 g K: 20,6 g *

## Speiseplan vom 30.08.2021 bis 05.09.2021, 35. Kalenderwoche

	Montag 30.08.2021	Dienstag 31.08.2021	Mittwoch 01.09.2021	Donnerstag 02.09.2021	Freitag 03.09.2021	Samstag 04.09.2021	Sonntag 05.09.2021
<b>Menü I</b>	984,7 kcal	695,5 kcal	1049,3 kcal	735,8 kcal	906,1 kcal	325,2 kcal	666,9 kcal
	4097,7 kJ	2905,3 kJ	4385,5 kJ	3067,9 kJ	3376,7 kJ	1356,5 kJ	2784,1 kJ
	9,5 g	4,6 g	18,5 g	18,5 g	2,3 g	2,9 g	8,6 g
	E: 34,1 g	E: 37,5 g	E: 49,3 g	E: 28,3 g	E: 35,8 g	E: 16,9 g	E: 35 g
	F: 66,8 g	F: 27,7 g	F: 47,7 g	F: 48,9 g	F: 23,2 g	F: 19,8 g	F: 24,7 g
K: 58,1 g	K: 61,8 g	K: 74,9 g	K: 44,1 g	K: 74,2 g	K: 1, 2, 3, 8, g	K: 48,9 g	K: 48,9 g
*	* 1, 2, 3, 8, 9, 15, a, c, j, a1	* 1, 3, 5, 32, 33, 34, a, f, g, i, l, a1	* 1, 3, 5, 32, 33, 34, a, g, l	* 15, a, c, g, j, a1	* 18, a, d, g, a1	* 1, 3, 5, 15, i, l	* 1, 2, 3, 8, g
<b>Menü II</b>	620,6 kcal	871,1 kcal	691 kcal	486,8 kcal	493,3 kcal		
	2609,4 kJ	3627 kJ	2871,3 kJ	2030,3 kJ	2066 kJ		
	9,9 g	22,1 g	16,3 g	8,5 g	6,3 g		
	E: 37,1 g	E: 34,1 g	E: 25,7 g	E: 33,6 g	E: 42,3 g	E:	E:
	F: 22,9 g	F: 53,7 g	F: 47,4 g	F: 34,5 g	F: 15,8 g	F:	F:
K: 61,7 g	K: 59,5 g	K: 37,6 g	K: 9,1 g	K: 42,1 g	K:	K:	
*	* 1, 3, 11, 35, a, c, g, a1	* 1, 3, 5, 15, a, d, g, j, l	* 2, 3, 8, a, g, j	* 1, 3, 15, a, c, g, j	* 1, 2, 3, 8, 9, c, g	*	*
<b>Vegetarisch</b>	852,9 kcal	761,4 kcal	445,2 kcal	658,4 kcal	645,6 kcal	780,1 kcal	721,2 kcal
	3562,4 kJ	3169,7 kJ	1854,4 kJ	2754,6 kJ	2278,3 kJ	3277,4 kJ	3011,1 kJ
	16,1 g	6,5 g	9,4 g	3,9 g	0,6 g	11,4 g	9 g
	E: 13,8 g	E: 26,7 g	E: 16,3 g	E: 10,7 g	E: 3,5 g	E: 24,8 g	E: 18,1 g
	F: 36,4 g	F: 32,1 g	F: 16,9 g	F: 18,8 g	F: 6 g	F: 23,4 g	F: 28,1 g
K: 71,4 g	K: 38,3 g	K: 52,6 g	K: 62,1 g	K: 30,4 g	K: 100,3 g	K: 77,9 g	
*	* 1, 18, g	* 1, 3, 5, 15, 32, a, c, g, j, l	* a, g, i, m, a1	* 1, 32, 34, a, c, g, i, a1	* a, f, i	* 15, 32, a, c, g, i, a1	* 1, 32, a, g, h, i, a1, a4, h1, h2
<b>Schonkost</b>	509,8 kcal	601,5 kcal	730,2 kcal	428 kcal	820,2 kcal	356,8 kcal	567,3 kcal
	2147 kJ	2521,5 kJ	3055,4 kJ	1783,6 kJ	3443,9 kJ	1492,1 kJ	2369 kJ
	5,3 g	3 g	12,4 g	7,8 g	12,8 g	3 g	8,5 g
	E: 35,5 g	E: 43,9 g	E: 44,6 g	E: 32,2 g	E: 53,3 g	E: 26,1 g	E: 30,9 g
	F: 14,7 g	F: 17,2 g	F: 36 g	F: 24,6 g	F: 32,4 g	F: 13,4 g	F: 24,8 g
K: 56,6 g	K: 59,5 g	K: 56,1 g	K: 15,8 g	K: 73,7 g	K: 30,6 g	K: 50,7 g	
*	* 1, 11, 35, g	* 1, a, d, g, a1	* 1, g	* 1, a, g	* 1, 3, 5, 15, a, d, g, l, a1	* 1, 3, 5, 15, i, l	* 1, 2, 3, 8, g
<b>Dessert</b>	168,2 kcal	162,4 kcal	90 kcal	142,3 kcal	119,4 kcal	132,6 kcal	264,4 kcal
	707,2 kJ	689,7 kJ	376,5 kJ	604,1 kJ	505 kJ	563,2 kJ	1103,8 kJ
	1,5 g	1,2 g	0,1 g	1,3 g	0,1 g	1 g	9,6 g
	E: 14,8 g	E: 4,1 g	E: 1,2 g	E: 4,3 g	E: 0,8 g	E: 3,6 g	E: 1,8 g
	F: 2,3 g	F: 1,8 g	F: 0,2 g	F: 1,9 g	F: 0,4 g	F: 1,6 g	F: 15,3 g
K: 18,6 g	K: 32,6 g	K: 20,1 g	K: 27,2 g	K: 27,3 g	K: 26,2 g	K: 29,3 g	
*	* g	*	* 1, g, h, h3	* 1	* g	* g	* g



