

	Menü 1							Menü 2 Vegetarisch						
<b>Montag</b>	<b>Gnocchi Kartoffelnudeln <sup>1</sup></b> <b>rote Tomatensoße <sup>9</sup></b> <b>Reibekäse Gouda <sup>7</sup></b> Rohkost aus der Salatbar mit rote Betesalat, Gurke, Tomate, Paprika und Blattsalat <sup>1,13,9,7,3,10</sup> frisches Obst (Banane)							<b>Menü 1 ist vegetarisch</b>						
	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz
	632,5 kcal	10,3 g	4,9 g	88,1 g	25 g	12,4 g	1,2 g	0 kcal	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g
<b>Dienstag</b>	<b>Spinatlasagne mit Wildlachs <sup>1,7,9,4</sup></b> Rohkost aus der Salatbar mit Gurke, Möhre, Tomate und Eisberg <sup>1,3,10,7,9,13</sup>							<b>Spinatlasagne vegetarisch <sup>1,7,9,6</sup></b> Rohkost aus der Salatbar mit Gurke, Möhre, Tomate und Eisberg <sup>1,3,10,7,9,13</sup>						
	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz
	340,8 kcal	10,8 g	6,7 g	35,5 g	7,6 g	16,7 g	0,9 g	358,2 kcal	12,9 g	6,9 g	37 g	8 g	14,9 g	1,1 g
<b>Mittwoch</b>	<b>Gekochtes Ei <sup>3</sup></b> <b>Senfsoße mit buntem Gemüse <sup>3,10,1,9,13,7</sup></b> <b>Kartoffelpüree <sup>7</sup></b> Rohkost aus der Salatbar mit Kidneybohnsensalat, Gurke, Tomate, Paprika und Blattsalat <sup>1,4,13,9,7,3,10</sup> frisches Obst (Banane)							<b>Menü 1 ist vegetarisch</b>						
	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz
	401,8 kcal	10,1 g	4,3 g	48,9 g	22,9 g	14,1 g	1,5 g	0 kcal	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g
<b>Donnerstag</b>	<b>Rindfleischboulette <sup>1,9,13,3,10</sup></b> <b>dunkle Rahmbratensoße <sup>9,7</sup></b> <b>Möhrengemüse mit Petersilie</b> <b>gekochte Kartoffeln</b> Rohkost aus der Salatbar mit Tomatensalat, Möhre, Paprika und Eisberg <sup>1,3,10,7,9,13</sup>							<b>vegetarische Kartoffelfrikadelle <sup>7</sup></b> <b>dunkle Rahmbratensoße <sup>9,7</sup></b> <b>Möhrengemüse mit Petersilie</b> <b>gekochte Kartoffeln</b> Rohkost aus der Salatbar mit Tomatensalat, Möhre, Paprika und Eisberg <sup>1,3,10,7,9,13</sup>						
	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz
	260,9 kcal	3,3 g	1,7 g	32,3 g	8,4 g	5,6 g	1,6 g	561 kcal	5,2 g	3,2 g	42,7 g	8,2 g	8,1 g	1,9 g
<b>Freitag</b>	<b>Griechische Bohnensuppe <sup>9</sup></b> <b>halbes Roggenbrötchen <sup>1c,1a,1,1b</sup></b> <b>Schokoladenpudding <sup>7</sup></b> Rohkost aus der Salatbar mit Tomate, Möhre, Eisbergsalat und Paprika <sup>13,7,3,10,9,1</sup>							<b>Menü 1 ist vegetarisch</b>						
	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz
	309,5 kcal	2,8 g	1,3 g	36,1 g	14,3 g	7,8 g	1,2 g	0 kcal	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g


 Wir nutzen ausschließlich  
Zutaten in Bio-Qualität

**außer: Fisch und  
Fischerzeugnisse**
