

KW 38

## Suppe Dessert Abendbeilage

## Gericht 1 (Vollkost)

## Gericht 2 (leichte Vollkost)

## Gericht 3 (vegetarisch)

Mo

	kcal
Selleriecremesuppe	88
Waldbeerenquarkspeise	104
Karottensalat	76
Z/A *18)*20)*31.1) *18) *3)*5)*9)	

	kcal
gefüllte Paprikaschote mit Tomatensauce und Butterreis	208 104 245
Z/A *14)*18)*20)*31.1)	

	kcal
Hähnchenbrustfilet mit Geflügelsauce, dazu Kräuterkohlrabi und Dampfkartoffeln	164 59 84 117
Z/A *18)*20)*31.1)	

	kcal
Blumenkohlröstling mit holländischer Sauce, dazu Kräuterkartoffeln und gemischter Salat	228 265 155 88
Z/A *1)*14)*18)*20)*31.1)	

16.09.

Di

	kcal
Hochzeitssuppe	33
Obst der Saison	65
Nudelsalat	121
Z/A *14)*18)*20)*31.1) *2)*21)*31.1)	

	kcal
Schnitzel „Balkan Art“ mit Kartoffelspalten und Krautsalat	381 40 195 107
Z/A *3)*31.1)*5)	

	kcal
Tilapiafilet mit Petersiliensauce, dazu Tomaten-Brokkoligemüse und Vitalreis	124 117 60 210
Z/A *15)*18)*31.1)	

	kcal
Kräutergnocchis mit Pilzragout und gemischtem Salat	392 133 88
Z/A *14)*18)*31.1)	

17.09.

Mi

	kcal
Tomatencremesuppe	84
Schokoladenmousse	97
Wachsbohnsalat	70
Z/A *18)*31.1) *18) *3)*5)*9)	

	kcal
<b>Aktionsgericht</b> ½ Grillhähnchen mit bayrischem Kartoffelsalat	
Z/A *1)*18)*20)*31.1)*2)	

	kcal
Putengeschnetzeltes „Züricher Art“ mit feinen Erbsen und Kräuterspätzle	287 97 364
Z/A *14)*18)*31.1)	

	kcal
Spaghetti mit Oliven, Fetakäse und Spinat in würziger Tomatensauce, und gemischter Salat	422
Z/A *18)*20)*31.1)*8)	

18.09.

Do

	kcal
Gemüsebrühe mit Reis	41
Quarkpuddingcreme	128
Tomaten-Gurkensalat	72
Z/A *20) *1)*18) *3)*9)	

	kcal
Rahmgulasch vom Schwein, dazu Spiralnudeln und gemischter Salat	455 255 88
Z/A *18)*31.1)	

	kcal
Geflügelspieß mit Kurkumasauce, dazu Zucchini-Möhrengemüse und Petersilienkartoffeln	143 112 80 155
Z/A *1)*18)*31.1)	

	kcal
geschmorte vegetarische Paprikaschote in Tomatensauce, dazu Vitalreis	174 104 210
Z/A *18)*20)*21)*31.1)	

19.09.

Fr

	kcal
Spargelcremesuppe	136
Apfelspeise mit Vanillehaube	226
roter Heringssalat	133
Z/A *18)*31.1)*1)*3) *14)*15)*2)*21)*31.1)*5)	

	kcal
paniertes Seelachsfilet mit Kräuterrahmsauce, dazu Blattspinat und Dampfkartoffeln	294 134 105 155
Z/A *1)*15)*18)*20)*31.1)	

	kcal
Hähnchenstreifen in Rucolasauce, dazu Tomatenpasta und gemischter Salat	172 220 88
Z/A *18)*20)*31.1)	

	kcal
Nudel-Gemüseauflauf mit Paprikasauce	131 104
Z/A *14)*18)*20)*31.1)	

20.09.

Sa

	kcal
Buttermilchdessert	131
kleine Frikadellen	144
Z/A *18) *14)*31.1)	

	kcal
hausgemachter Brechbohneintopf mit Kasselerfleisch	170
Z/A *2)*3)	

	kcal
Hühnersuppeneintopf mit Gemüse und Reis	374
Z/A *20)*3)	

	kcal
Spätzle-Gemüsepfanne mit Kräuterrahmsauce	491 135
Z/A *14)*18)*20)*31.1)	

21.09.

So

	kcal
Gemüsebrühe mit Einlage	34
Froop Fruchtjoghurt	104
Frischobst	65
Z/A *20) *18)	

	kcal
Putenoberkeulenbraten mit Geflügelsauce, dazu Blumenkohlgemüse und Kartoffelpüree	207 59 116 174
Z/A *18)*31.1)	

	kcal
Kalbfleischragout mit Kaisergemüse und Kräuterbandnudeln	285 50 236
Z/A *18)*31.1)	

	kcal
Gemüseschnitzel mit Petersiliensauce und Kartoffelschnee	310 117 247
Z/A *1)*18)*31.1)*31.2)*31.6)	

22.09.