

KW 27

Suppe Dessert Abendbeilage

Gericht 1 (Vollkost)

Gericht 2 (leichte Vollkost)

Gericht 3 (vegetarisch)

Mo

	kcal
Gemüsecremesuppe	116
Pfirsich-Aprikosenpudding	107
Kartoffelsalat	174
Z/A *18)*20)*31.1) *18) *14)*2)*21)*31.1)	

	kcal
Kasslerbraten mit Thymiansauce, dazu Prinzessbohnen und Kartoffelpüree	173 52 50 174
Z/A *18)*2)*3)	

	kcal
Hühnerfrikassee mit Kräuterris	288 211
Z/A *18)*20)*3)*31.1)	

	kcal
Vital-Spaghetti mit Gemüsebolognese und gemischtem Salat	261 241 88
Z/A *14)*18)*2)*20)*31.1)	

01.07.

Di

	kcal
Gemüsebrühe mit Einlage	23
Obst der Saison	65
Mini-Hähnchenschnitzel	109
Z/A *20) *1)*31.1)	

	kcal
Chili con Carne mit Butterreis	215 248
Z/A *18)	

	kcal
Seelachsfilet mit Gemüsesauce, dazu Petersilienkartoffeln und gemischter Salat	110 114 155 88
Z/A *15)*18)*20)*31.1)	

	kcal
Eieromelette mit Rahmspinat und Kartoffelpüree	231 100 174
Z/A *14)*18)*31.1)	

02.07.

Mi

	kcal
Champignoncremesuppe	106
Mandelpudding	223
Apfel-Fenchelsalat	82
Z/A *18)*20)*31.1) *18)*19.1) *3)	

	kcal
Frikadelle mit Champignonsauce, dazu Rahmblumenkohl und Petersilienkartoffeln	255 150 123 155
Z/A *14)*18)*20)*31.1)	

	kcal
Aktionsgericht: (keine leichte Vollkost) Tagliatelle in Hummersauce mit Garnelen und Lachswürfeln, dazu ein kleiner gemischter Salat	
Z/A *20)*14)*15)*18)*3)*5)	

	kcal
Schupfnudelpfanne mit Blattspinat, Tomaten und Sonnenblumenkernen	422
Z/A *14)*18)*31.1)	

03.07.

Do

	kcal
Gemüsebrühe mit Eiereinlauf	26
Erdbeer-Quarkspeise	104
Schlesische Gurkenhappen	10
Z/A *14)*20) *18) *1)*21)	

	kcal
Szegediner Gulasch mit Dampfkartoffeln und gemischtem Salat	262 117 88
Z/A *18)	

	kcal
mediterrane Gemüsepfanne mit Putenbruststreifen in Tomatensauce, dazu Basilikumreis	182 214
Z/A *18)*20)	

	kcal
toskanische Backkartoffel mit Sour Creme und gemischtem Salat	320 55 88
Z/A *14)*18)*2)*21)	

04.07.

Fr

	kcal
Kräutercremesuppe	117
Zitronenmousse	57
Brokkoli-Schinkensalat	112
Z/A *18)*20)*31.1) *1)*14)*18)*2)*21)*3)*5)*6)	

	kcal
hausgemachter Heringsstipp mit Dampfkartoffeln	348 117
Z/A *14)*15)*18)*3)*5)	

	kcal
Putenbruststeak auf Geflügelsauce mit Zucchini-Möhrengemüse und Vitalreis	139 52 90 211
Z/A *1)*18)	

	kcal
vegetarische Bratwurst mit Pilzsauce, dazu Mischgemüse und Kartoffelpüree	382 150 80 174
Z/A *1)*18)*20)*31.1)	

05.07.

Sa

	kcal
Fruchtjoghurt	121
Bratheringsröllchen	97
Z/A *1)*18) *15)*21)*31.1)	

	kcal
hausgemachte Linsensuppe mit Mettwurst	275 335
Z/A *2)*20)*3)*9)	

	kcal
Tomaten-Gemüsesuppe mit Geflügelbockwurst	146 182
Z/A *2)*20)*3)*6)	

	kcal
zwei bunte Gemüsespieße mit holländischer Sauce und Kartoffelgratin	62 304 143
Z/A *14)*18)*31.1)	

06.07.

So

	kcal
Gemüsebrühe mit Einlage	34
Schokoladenpudding	95
Frischobst	65
Z/A *20) *18)	

	kcal
Rinderschmorbraten in brauner Sauce, dazu Butterbohnen und Petersilienkartoffeln	260 107 153
Z/A *1)*18)*20)	

	kcal
Rindergulasch mit Romanescogemüse und Kräuterspätzle	282 98 145
Z/A *14)*18)*31.1)	

	kcal
gefüllte Obstpfannekuchen mit Vanillesauce	457 152
Z/A *1)*14)*18)*31.1)	

07.07.