

KW 47	Vollkost	Schonkost	Abendessen
Montag 20.11.2023	<b>Porree-Hackfleisch(Rind)-Eintopf</b> in Schmelzkäse-Rahm <sup>(17,19,22)</sup> mit Suppengemüse und Kartoffelwürfeln *** Mousse au Chocolate <sup>(17,19)</sup>	<b>Nudelgemüseauflauf</b> <sup>(17,19,20,31)</sup> mit Tomaten-Soße <sup>(17,19)</sup> und Feta Käse <sup>(17,19)</sup> überbacken *** Mousse au Chocolate <sup>(17,19)</sup>	verschiedene Wurst <sup>(1,2,6)</sup> - und Käsesorten <sup>(17,19)</sup> <b>Frisches Gemüse/Obst</b> Brot <sup>(20)</sup> und Butter <sup>(17,19)</sup>
Dienstag 21.11.2023	<b>Nürnberger Bratwürstchen</b> <sup>(1,2,6)</sup> mit Senf <sup>(23)</sup> , dazu Sauerkraut <sup>(2,20)</sup> und Kartoffelstampf <sup>(17,19)</sup> *** Nuss-Nougat Sahnepudding <sup>(17,19,30)</sup>	<b>Gemüsepfanne</b> <sup>(17,19,22)</sup> aus frischem Gemüse in Rahm mit Kräuterreis *** Nuss-Nougat Sahnepudding <sup>(17,19,30)</sup>	verschiedene Wurst <sup>(1,2,6)</sup> - und Käsesorten <sup>(17,19)</sup> <b>Frisches Gemüse/Obst</b> Brot <sup>(20)</sup> und Butter <sup>(17,19)</sup>
Mittwoch 22.11.2023	<b>Ofenfrisches 1/2 Grillhähnchen</b> mit Bratensoße <sup>(22)</sup> Kartoffelspalten und Karottensalat <sup>(1,2)</sup> *** Vanille-Quarkspeise <sup>(17,19)</sup>	<b>Penne Nudeln</b> <sup>(20)</sup> mit Gemüse-Bolognese <sup>(22)</sup> und geriebenen Hartkäse <sup>(17,19)</sup> *** Vanille-Quarkspeise <sup>(17,19)</sup>	verschiedene Wurst <sup>(1,2,6)</sup> - und Käsesorten <sup>(17,19)</sup> <b>Frisches Gemüse/Obst</b> Brot <sup>(20)</sup> und Butter <sup>(17,19)</sup>
Donnerstag 23.11.2023	<b>Herzhafte Gulaschsuppe(Rind)</b> <sup>(22)</sup> mit Zwiebeln, Paprika und Kartoffelwürfeln *** Aprikosenkompott	<b>Portion Pellkartoffeln</b> (Speisefrühkartoffeln) mit Kräuterquark <sup>(17,19)</sup> *** Aprikosenkompott	verschiedene Wurst <sup>(1,2,6)</sup> und Käsesorten <sup>(17,19)</sup> <b>Gemüsecremesuppe</b> <sup>(17,19)</sup> (Kcal. 187) Brot <sup>(20)</sup> und Butter <sup>(17,19)</sup>
Freitag 24.11.2023	<b>Gebratene Nordseescholle</b> <sup>(20,27,31)</sup> mit Zitronenecke, Remouladen Soße <sup>(17,19,23,31)</sup> und Dampfkartoffeln *** Mandarinenjoghurt <sup>(17,19)</sup>	<b>Gemüselasagne</b> <sup>(17,19,20,31)</sup> mit Tomaten-Soße <sup>(17,19)</sup> und Käse <sup>(17,19)</sup> überbacken *** Mandarinenjoghurt <sup>(17,19)</sup>	verschiedene Wurst <sup>(1,2,6)</sup> - und Käsesorten <sup>(17,19)</sup> <b>Bratheringsröllchen</b> <sup>(3,20,23,27)</sup> (Kcal.177) Brot <sup>(20)</sup> und Butter <sup>(17,19)</sup>
Samstag 25.11.2023	<b>Braunschweiger "Hoppel Poppel"</b> Pellkartoffelscheiben mit Zwiebeln, Speckwürfeln <sup>(1,2,6)</sup> in Ei <sup>(31)</sup> gebraten mit Gewürzgurke <sup>(1,9)</sup> *** Rhabarberkompott mit Vanillesoße <sup>(17,19)</sup>	<b>Bunter Steckrübeneintopf</b> <sup>(22)</sup> mit Kartoffelwürfeln und Petersilie *** Rhabarberkompott mit Vanillesoße <sup>(17,19)</sup>	verschiedene Wurst <sup>(1,2,6)</sup> - und Käsesorten <sup>(17,19)</sup> <b>Bohnen-Salat</b> (Kcal.58) Brot <sup>(20)</sup> und Butter <sup>(17,19)</sup>
Sonntag 26.11.2023	<b>Portion Grünkohl</b> <sup>(20,23)</sup> mit geräucherter Bregenwurst <sup>(1,2,6)</sup> und Salzkartoffeln <sup>(17,19)</sup> *** Eisbecher Vanille-Nuss <sup>(17,19,30)</sup>	<b>Gedämpftes Fischfilet</b> <sup>(27)</sup> mit Gemüsestreifen <sup>(22)</sup> in Zitronensoße <sup>(17,19)</sup> dazu Kartoffeln <sup>(17,19)</sup> *** Eisbecher Vanille-Nuss <sup>(17,19,30)</sup>	verschiedene Wurst <sup>(1,2,6)</sup> - und Käsesorten <sup>(17,19)</sup> <b>Weichkäse</b> (Kcal.372) <sup>(22)</sup> Brot <sup>(20)</sup> und Butter <sup>(17,19)</sup>

Nährwertangaben:

	Vollkost	Schonkost	Legende
Montag 20.11.2023	<p><b>Portion:</b> 16 E / 18g F / 16g KH/ 303 Kcal. <b>Dessert pro 100g:</b> 9g E / 11g F / 72g KH/ 432 Kcal.</p>	<p><b>Portion:</b> 23g E / 9,9g F / 81g KH/ 515cal. <b>Dessert pro 100g:</b> 9g E / 11g F / 72g KH/ 432 Kcal.</p>	<p><b>Zusatzstoffe:</b> 1 mit Konservierungsstoffen 2 mit Farbstoffen 3 mit Antioxidationsmittel 4 mit Geschmacksverstärker 5 geschwefelt 6 Phosphat 7 geschwärzt 8 gewachst 9 Süßstoff 10 enthält eine Phenylaninquelle 11 Säuerungsmittel 12 Stabilisatoren 13 Nitritpöckelsalz 14 koffeinhaltig 15 chininhaltig 16 Geschmacksverstärker</p> <p><b>Allergene:</b> 17 Milcheiweiß 18 Schwefeldioxid und Sulfite 19 Milch- und Milcherzeugnisse 20 Glutenhaltiges Getreide 21 Soja und Sojaprodukte 22 Sellerie und Sellerieprodukte 23 Senf und Senfprodukte 24 Sesam und Sesamprodukte 25 Lupine und Lupinerzeugnisse 26 Erdnuss &amp; Erdnusserzeugnisse 27 Fisch und Fischerzeugnisse 28 Krebs und Krebstiererzeugnisse 29 Weichtiere &amp; Weichtiererzeugnisse 30 Schalenfrüchte und Schalenfruchterzeugnisse 31 Eier und Eierzeugnisse</p>
Dienstag 21.11.2023	<p><b>Portion:</b> 24g E / 41g F / 26g KH / 558 Kcal. <b>Dessert pro 100g:</b> 2,6g E / 3,6g F / 19g KH / 120 Kcal.</p>	<p><b>Portion:</b> 9,9g E / 18,8g F / 77,2g KH / 426,6 Kcal. <b>Dessert pro 100g:</b> 2,6g E / 3,6g F / 19g KH / 120 Kcal.</p>	
Mittwoch 22.11.2023	<p><b>Portion:</b> 90g E / 79g F / 38g KH/ 1258,2 Kcal. <b>Dessert pro 100g:</b> 9,8g E / 1g F / 19g KH / 117 Kcal.</p>	<p><b>Portion:</b> 31g E / 11g F / 61g KH / 258,5 Kcal. <b>Dessert pro 100g:</b> 9,8g E / 1g F / 19g KH / 117 Kcal.</p>	
Donnerstag 23.11.2023	<p><b>Portion:</b> 10 g E / 3g F / 12 g KH / 124 Kcal. <b>Dessert pro 100g:</b> 0,7g E / 0,5g F / 13g KH / 59 Kcal.</p>	<p><b>Portion:</b> 11g E / 7g F / 30,3g KH/214,4cal. <b>Dessert pro 100g:</b> 0,7g E / 0,5g F / 13g KH / 59 Kcal.</p>	
Freitag 24.11.2023	<p><b>Portion:</b> 19,7g E / 35g F / 45g KH/ 644,6 Kcal. <b>Dessert pro 100g:</b> 8,5g E / 8,1g F / 16,2g KH / 149 Kcal.</p>	<p><b>Portion:</b> 17g E / 11g F / 47g KH/ 362,4cal. <b>Dessert pro 100g:</b> 8,5g E / 8,1g F / 16,2g KH / 149 Kcal.</p>	
Samstag 25.11.2023	<p><b>Portion:</b> 22g E / 31g F / 30g KH/ 475 Kcal. <b>Dessert pro 100g:</b> 0,5g E / 0,1 g F / 15,1g KH / 69 Kcal.</p>	<p><b>Portion:</b> 12,5g E / 3 g F / 17,25 g KH / 193,5 Kcal. <b>Dessert pro 100g:</b> 0,5g E / 0,1 g F / 15,1g KH / 69 Kcal.</p>	
Sonntag 26.11.2023	<p><b>Portion:</b> 27 g E / 42,9 g F / 22 g KH / 590,8 Kcal. <b>Dessert pro 100g:</b> 2,1g E / 11g F / 30,1g KH/ 213 Kcal.</p>	<p><b>Portion:</b> 23,1g E / 8g F / 22,2g KH / 259 Kcal. <b>Dessert pro 100g:</b> 2,1g E / 11g F / 30,1g KH/ 213 Kcal.</p>	