



Meins!



Frühlingsfrisch
Speiseplan 38. Woche 14.09 - 18.09
aufgabeln!



Menü 1

Montag 14.09



Hühnerfrikassee "Frühlings Art"
Langkornreis
Buttergemüse "naturell"

1740,0kJ/412,0kcal, Fett 9,9g, gesättigte Fettsäuren 4,9g, Kohlenhydrate 54,4g, Zucker 6,1g, Ballaststoffe 5,5g, Eiweiß 23,4g, Salz 2,70g
☑ G, G1, M, Me, La, S

Dienstag 15.09



Hamburgerbrötchen mit Sesam
Fischfrikadelle; aus nachhaltiger
Fischwirtschaft

1289,0kJ/307,0kcal, Fett 9,4g, gesättigte Fettsäuren 2,1g, Kohlenhydrate 42,2g, Zucker 1,7g, Ballaststoffe 1,8g, Eiweiß 12,3g, Salz 1,20g
☑ G, G1, (Sb), (M), (Me), (La), Se, Fi

Mittwoch 16.09



Pfannkuchen mit Nuss-Nougat-
Creme
Pfannkuchen "Natur"
Vanillesoße

3855,0kJ/920,0kcal, Fett 43,4g, gesättigte Fettsäuren 18,3g, Kohlenhydrate 114,7g, Zucker 41,5g, Ballaststoffe 6,5g, Eiweiß 33,5g, Salz 1,99g
☑ G, G1, Ei, (E), Sb, M, Me, La, S, Sf, Sf2

Donnerstag 17.09



Geflügelbratwurst
Apfelrotkohl
Salzkartoffeln
Geflügelsoße

1918,0kJ/459,0kcal, Fett 23,1g, gesättigte Fettsäuren 8,7g, Kohlenhydrate 40,7g, Zucker 14,2g, Ballaststoffe 5,7g, Eiweiß 18,1g, Salz 5,03g
☑ M, Me, La, S

Freitag 18.09



Spaghetti aus Hartweizengrieß
Tomatensoße à la Italia
Bio Käsesoße

1685,0kJ/401,0kcal, Fett 13,5g, gesättigte Fettsäuren 5,8g, Kohlenhydrate 53,5g, Zucker 6,9g, Ballaststoffe 4,3g, Eiweiß 14,0g, Salz 3,01g
☑ G, G1, S, M, Me, La

Guten
Appetit!

