

Tag	Menü 1 schweinefleischfrei
4/5/20	Möhreneintopf(102 kcal,3 g F, 15 g KH, 7 g Z, 2 g EW, 4 g S), Vollkornbrot(GL, WZ, RG, 70 kcal, 13 g KH, 1 g Z, 2 g EW), Obst/Gemüse(56 kcal, 12 g KH, 12 g Z)
5/5/20	Geflügel-Kochklops(Ei, G, GL, 8, WZ, 191 kcal,15 g F, 5 g FS, 4 g KH, 1 g Z, 10 g EW), Kapernsoße(L, M, 73 kcal,1 g F, 1 g FS, 11 g KH, 7 g Z, 1 g EW, 3 g S), Karottenscheiben(C, 49 kcal,3 g F, 5 g KH, 5 g Z, 2 g S), Kartoffeln(104 kcal, 22 g KH, 2 g Z, 3 g EW, 4 g S), Obst/Gemüse(56 kcal, 12 g KH, 12 g Z)
6/5/20	Eierragout mit Möhren und Erbsen(Ei, L, M, SE, 197 kcal,11 g F, 2 g FS, 12 g KH, 4 g Z, 9 g EW, 2 g S), Kartoffelpüree(L, M, 138 kcal,2 g F, 2 g FS, 23 g KH, 2 g Z, 4 g EW, 1 g S), Dessert
7/5/20	Rindergulasch(R, SL, 148 kcal,8 g F, 2 g FS, 4 g KH, 12 g EW, 2 g S), Apfelrotkohl(3, 77 kcal,3 g F, 9 g KH, 6 g Z, 1 g EW, 1 g S), Kartoffeln(104 kcal, 22 g KH, 2 g Z, 3 g EW, 4 g S), Obst/Gemüse(56 kcal, 12 g KH, 12 g Z)
8/5/20	Fischfilet vom Kabeljau in Maispanade(F, 165 kcal,8 g F, 1 g FS, 12 g KH, 3 g Z, 10 g EW, 1 g S), Zitronen-Dillsoße(Ei, L, M, 61 kcal,2 g F, 7 g KH, 3 g Z, 1 g S), Rohkost „Karotte-Mandarine“(47 kcal,3 g F, 4 g KH, 3 g Z), Kurkuma Reis(177 kcal,1 g F, 38 g KH, 4 g EW, 1 g S), Dessert
11/5/20	Vegetarischer Linseneintopf(L, M, SL, 220 kcal,5 g F, 3 g FS, 29 g KH, 1 g Z, 10 g EW, 3 g S), Bauernschnitte(GL, WZ, RG, 73 kcal, 14 g KH, 2 g EW), Obst/Gemüse(56 kcal, 12 g KH, 12 g Z)
12/5/20	Geflügelbratwurst(G, L, M, R, SL, Z, 210 kcal,17 g F, 3 g FS, 4 g KH, 1 g Z, 9 g EW, 2 g S), Geflügelsoße(G, SL, 63 kcal,4 g F, 3 g KH, 2 g EW, 2 g S), Mischgemüse (feine Babymöhrrchen und junge Erbsen)(L, M, 76 kcal,2 g F, 2 g FS, 9 g KH, 6 g Z, 3 g EW, 2 g S), Kartoffeln(104 kcal, 22 g KH, 2 g Z, 3 g EW, 4 g S), Dessert
13/5/20	Kräuterquark mit Butter(L, M, 184 kcal,10 g F, 5 g FS, 8 g KH, 8 g Z, 13 g EW, 3 g S), Kartoffeln(104 kcal, 22 g KH, 2 g Z, 3 g EW, 4 g S), Dessert
14/5/20	Jagdwurstscheibe vom Geflügel(G, GL, SE, Z, 3, 8, WZ, 167 kcal,9 g F, 8 g FS, 10 g KH, 10 g EW, 2 g S), Tomatensoße(81 kcal,3 g F, 10 g KH, 6 g Z, 2 g S), Spirelli(GL, WZ, 331 kcal,5 g F, 60 g KH, 3 g Z, 11 g EW, 1 g S), Obst/Gemüse(56 kcal, 12 g KH, 12 g Z)

15/5/20	Alaska Seelachsfilet im Backteig(Ei, F, GL, SE, WZ, 112 kcal,4 g F, 1 g FS, 9 g KH, 8 g EW, 1 g S), Dillsoße(L, M, 75 kcal,4 g F, 1 g FS, 6 g KH, 2 g Z, 1 g EW, 1 g S), Rohkost „Gurke Natur“(12 kcal, 3 g KH, 2 g Z), Kartoffeln(104 kcal, 22 g KH, 2 g Z, 3 g EW, 4 g S), Dessert
18/5/20	Spirelli-Mix(GL, WZ, 297 kcal,5 g F, 55 g KH, 2 g Z, 9 g EW, 1 g S), milde Tomaten-Oliven-Soße (all'arrabbiata)(89 kcal,4 g F, 10 g KH, 9 g Z, 1 g EW, 2 g S), Obst/Gemüse(56 kcal, 12 g KH, 12 g Z)
19/5/20	Hähnchengulasch(G, SL, 3, 130 kcal,6 g F, 5 g KH, 1 g Z, 16 g EW, 3 g S), Blumenkohlröschen(L, M, 35 kcal,3 g F, 1 g FS, 1 g KH, 1 g Z, 2 g EW, 1 g S), Kartoffeln(104 kcal, 22 g KH, 2 g Z, 3 g EW, 4 g S), Obst/Gemüse(56 kcal, 12 g KH, 12 g Z)
20/5/20	Schnittlauchrührei(Ei, L, M, 3, 108 kcal,8 g F, 2 g FS, 1 g KH, 1 g Z, 7 g EW, 2 g S), Rahmgemüse (Erbsen, Karotten, Spargel)(L, M, 83 kcal,4 g F, 6 g KH, 3 g Z, 2 g EW, 2 g S), Kartoffelpüree(L, M, 138 kcal,2 g F, 2 g FS, 23 g KH, 2 g Z, 4 g EW, 1 g S), Dessert
21/5/20	Feiertag, keine Versorgung
22/5/20	Berliner Kartoffelsuppe (Zwiebeln, Porree, Möhren)(93 kcal, 19 g KH, 5 g Z, 3 g EW, 2 g S), Bauernschnitte(GL, WZ, RG, 73 kcal, 14 g KH, 2 g EW), Obst/Gemüse(56 kcal, 12 g KH, 12 g Z)
25/5/20	Spirelli-Mix(GL, WZ, 297 kcal,5 g F, 55 g KH, 2 g Z, 9 g EW, 1 g S), Käserahmsoße(L, M, 169 kcal,10 g F, 7 g FS, 6 g KH, 2 g Z, 9 g EW, 3 g S), Obst/Gemüse(56 kcal, 12 g KH, 12 g Z)
26/5/20	Gulasch vom Rind(R, SL, 163 kcal,9 g F, 3 g FS, 2 g KH, 2 g Z, 16 g EW, 2 g S), Erbsen und Karotten(C, 67 kcal,6 g F, 1 g FS, 4 g KH, 3 g Z, 2 g EW, 1 g S), Kartoffeln(104 kcal, 22 g KH, 2 g Z, 3 g EW, 4 g S), Obst/Gemüse(56 kcal, 12 g KH, 12 g Z)
27/5/20	Alaska Seelachsfilet „Natur“ mit Grillstreifen(F, 124 kcal,9 g F, 2 g FS, 10 g EW, 1 g S), Joghurt-Dillsoße(L, M, 99 kcal,6 g F, 1 g FS, 6 g KH, 2 g Z, 1 g EW, 3 g S), Rohkost „Rot-Weiß“(30 kcal,2 g F, 2 g KH, 1 g Z, 1 g S), Kartoffeln(104 kcal, 22 g KH, 2 g Z, 3 g EW, 4 g S), Dessert
28/5/20	Huhn in Tomatensoße(G, 160 kcal,6 g F, 5 g KH, 4 g Z, 19 g EW, 2 g S), Spirelli(GL, WZ, 331 kcal,5 g F, 60 g KH, 3 g Z, 11 g EW, 1 g S), Obst/Gemüse(56 kcal, 12 g KH, 12 g Z)

29/5/20

Milchreis(L, M, 305 kcal,9 g F, 7 g FS, 44 g KH, 14 g Z, 9 g EW), Apfelmark(3, 54 kcal, 12 g KH, 10 g Z)