

Speiseplan für Essen auf Rädern vom 10.01.2022 - 16.01.2022

Name: _____

Tag	Menü 1 EaR	Menü 2 EaR
Montag, 10.01.22	Nackenbraten Bratensoße A,A1,A5 Salzkartoffeln G1,G Rosenkohl 1,2,I Ananaskompott	Fleischkäse 1,2,16 Bratensoße A,A1,A5 Kräuterpüree 2,G1,G Mischgemüse Ananaskompott
	744 kcal, 33 g Eiweiß, 36 g Fett, 65 g KH, 5 BE	702 kcal, 20 g Eiweiß, 40 g Fett, 59 g KH, 5 BE
Dienstag, 11.01.22	Currywurst 2 Kartoffelspalten Tomatenketchup und Mayonnaise 1,2,4,6,12,C,J Karottensalat Pudding mit Nougatgeschmack G1,G	Champignonragout A,A1,G1,G Salzkartoffeln G1,G Karottensalat Pudding mit Nougatgeschmack G1,G
	742 kcal, 30 g Eiweiß, 40 g Fett, 63 g KH, 5 BE	607 kcal, 21 g Eiweiß, 26 g Fett, 68 g KH, 6 BE
Mittwoch, 12.01.22	Sauerkrauteintopf 1,2,G1,G,I Kasseler 1,2 Quark m. Fruchtsoße A,A1,G1,G	Kartoffelsuppe mit Gemüse 3,A,A1,I Wiener Würstchen 1,2,16 Quark m. Fruchtsoße A,A1,G1,G
	707 kcal, 30 g Eiweiß, 27 g Fett, 83 g KH, 7 BE	622 kcal, 20 g Eiweiß, 31 g Fett, 66 g KH, 6 BE
Donnerstag, 13.01.22	Cordon Bleu v. Schwein 1,A,A1,G1,C,G Bratkartoffeln 1,2 Karottenscheiben I Vanillepudding 12,G1,G	Nudelaufauf mit Tomatensoße 1,2,A,A1,G1,C,G,I Gurkensalat mit Dill J Vanillepudding 12,G1,G
	700 kcal, 33 g Eiweiß, 33 g Fett, 64 g KH, 5 BE	1457 kcal, 51 g Eiweiß, 49 g Fett, 195 g KH, 16 BE
Freitag, 14.01.22	Lachssteak G1,D,G Zitronensahnesoße G1,G Salzkartoffeln G1,G Blattsalat m. Karottenstreifen Pfirsichkompott	Hacksteak A,A1,G1,C,G,I,J Bratensoße A,A1,A5 Salzkartoffeln G1,G Blattspinat G1,G Pfirsichkompott
	624 kcal, 30 g Eiweiß, 30 g Fett, 52 g KH, 4 BE	705 kcal, 23 g Eiweiß, 43 g Fett, 50 g KH, 4 BE
Samstag, 15.01.22	Grünkohleintopf I Mettendchen 1,2 Joghurt 12,G1,G	Hühnersuppe mit Fadennudeln 2,A,A1,C,I Joghurt 12,G1,G
	483 kcal, 29 g Eiweiß, 23 g Fett, 40 g KH, 3 BE	423 kcal, 34 g Eiweiß, 7 g Fett, 54 g KH, 5 BE
Sonntag, 16.01.22	Schweinefiletstücke Pilzsoße 1,2 Petersilienkartoffeln G1,G Romanesco 93,A,A5,G1,C,F,G,I,J Eis 12,G1,G	Schweinefiletstücke Pilzsoße 1,2 Petersilienkartoffeln G1,G Gemüsemix Eis 12,G1,G
	666 kcal, 40 g Eiweiß, 25 g Fett, 68 g KH, 6 BE	644 kcal, 38 g Eiweiß, 22 g Fett, 68 g KH, 6 BE

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff*; (2) mit Antioxidationsmittel*; (3) mit Geschmacksverstärker*; (4) mit Süßungsmittel*; (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel*; (12) mit Farbstoff*; (16) mit Phosphat* Allergene: (93) unter Verwendung von Alkohol; (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (A1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (A5) Gerste und Gersteerzeugnisse; (G1) Laktose; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (F) Soja und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (I) Sellerie und -erzeugnisse; (J) Senf und -erzeugnisse [* Kennzeichnung gesetzlich vorgegeben]