








# Speiseplan

# sdn

vom 27.06. bis 03.07.2022

Tel.: (05921) 703 233

26. KW	Menue 1	Menue 2 (leichte Kost)
<b>Montag</b> 27.6.2022	Jägersgulasch (a,b,h,p,z10) Kartoffelklöße Weisskrautsalat (2) Mandarinen-Quarkspeise (b,h) 	Rinderbraten (4,k) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln Brokkoligemüse (z10) Mandarinen-Quarkspeise (b,h)
	632 kcal, 24g Eiweiß, 25g Fett, 79g KH, 5 BE	465 kcal, 34g Eiweiß, 21g Fett, 36g KH, 3 BE
<b>Dienstag</b> 28.6.2022	Frikadelle (4,d,k,z10) Kartoffelsalat (1,2,3,4,12,16,a,b,d,h,k,p) Sahnepudding (b,h) 	Hähnchenschnitzel "WienerArt" (a,p) Geflügelsoße (2,a,d,g,j) Salzkartoffeln Bohngemüse Sahnepudding (b,h) 
	659 kcal, 32g Eiweiß, 33g Fett, 57g KH, 4 BE	542 kcal, 39g Eiweiß, 12g Fett, 67g KH, 4 BE
<b>Mittwoch</b> 29.6.2022	Quarkplinsen (a,b,d,h,p,z10) Apfelmus (2) Schokoladenpudding (b,h)	Rindfleischsuppe (3,a,b,d,h,j,p,z10) Schokoladenpudding (b,h)
	521 kcal, 26g Eiweiß, 9g Fett, 83g KH, 7 BE	415 kcal, 19g Eiweiß, 8g Fett, 57g KH, 5 BE
<b>Donnerstag</b> 30.6.2022	Rippchen (1,2,b,h,j) Bratensoße (a,p) Kartoffelpüree (2,b,h) Weißkohlgemüse (a,j,p) Fruchtcocktail (12)	Hühnerfrikassee (2,12,b,h,j,m,z10) Reis (z10) Salatteller (b,h) Fruchtcocktail (12)
	660 kcal, 43g Eiweiß, 22g Fett, 69g KH, 6 BE	792 kcal, 37g Eiweiß, 27g Fett, 72g KH, 6 BE
<b>Freitag</b> 1.7.2022	Gekochtes Ei (d,z10) Senfsoße (4,12,a,j,k,p) Salzkartoffeln Rahmspinat (12,a,b,h,p) Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h) 	Rotbarschfilet, natur (e) Limettensoße (12,a,j,p) Salzkartoffeln Erbsen und Möhren Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h)
	718 kcal, 29g Eiweiß, 32g Fett, 78g KH, 6 BE	591 kcal, 35g Eiweiß, 12g Fett, 84g KH, 5 BE
<b>Samstag</b> 2.7.2022	Weißer Bohnensuppe mit Einlage (1,2,a,j,p,z10) Erdbeerpudding (12,b,h)	Gemüse Eintopf mit Klößen (20,a,d,j,p,z10) Erdbeerpudding (12,b,h)
	545 kcal, 41g Eiweiß, 11g Fett, 73g KH, 6 BE	510 kcal, 24g Eiweiß, 1g Fett, 83g KH, 7 BE
<b>Sonntag</b> 3.7.2022	Hähnchenbrustfilet (a,z10) Geflügelsoße (2,a,p) Salzkartoffeln Prinzeßbohnen (a,j,p,z10) Zitronencreme (b,h,z10) 	Hähnchenbrustfilet (a,z10) Geflügelsoße (2,a,p) Kartoffelpüree (2,b,h) Blumenkohl (a,j,p) Zitronencreme (b,h,z10)
	465 kcal, 33g Eiweiß, 11g Fett, 58g KH, 3 BE	449 kcal, 34g Eiweiß, 10g Fett, 59g KH, 4 BE

Auf Wunsch bieten wir passierte Kost an.  
Änderungen vorbehalten

sdn Nordhorn gGmbH  
Küche Nordhorn  
Krokusstraße 2-4  
48527 Nordhorn  
Tel.: (05921) 703 233

## Ihr Küchenteam wünscht guten Appetit

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel; (5) mit Süßungsmitteln; (7) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln; (10) enthält eine Phenylalaninquelle; (12) mit Farbstoff; (16) mit Phosphat; (20) mit Eiklar; (z10) das Produkt enthält keine Zusatzstoffe