

Speiseplan für Essen auf Rädern

vom 27.06.2022 - 03.07.2022

Name: _____

Tag	Menü 1 EaR	Menü 2 EaR
Montag, 27.06.22	Bunte Nudeln ^{A,A1,C} Hackfleischsauce Blattsalat mit Joghurtdressing ^{2,4,12,G1,C,G,J} Birnenkompott	Putengulasch in Rahm ^{G1,G,I} Salzkartoffeln ^{G1,G} Gemüsemix Birnenkompott
	582 kcal, 25 g Eiweiß, 34 g Fett, 42 g KH, 3 BE	477 kcal, 39 g Eiweiß, 15 g Fett, 42 g KH, 4 BE
Dienstag, 28.06.22	Reibekuchen ^{2,5,12,A,A1,G1,C,G} Apfelmus ^{2,5} Pudding mit Karamellgeschmack ^{12,G1,G}	Rindergulasch Ungarisch Spätzle ^{A,A1,C} Junge Möhren Pudding mit Karamellgeschmack ^{12,G1,G}
	568 kcal, 12 g Eiweiß, 9 g Fett, 105 g KH, 9 BE	528 kcal, 30 g Eiweiß, 12 g Fett, 72 g KH, 6 BE
Mittwoch, 29.06.22	Käsesuppe ^{G1,G,I} Brötchen ^{A,A1} Erdbeerquark ^{G1,G}	Linsensuppe ^{1,2,I} Wiener Würstchen ^{1,2,16} Erdbeerquark ^{G1,G}
	661 kcal, 32 g Eiweiß, 45 g Fett, 31 g KH, 3 BE	773 kcal, 41 g Eiweiß, 50 g Fett, 35 g KH, 3 BE
Donnerstag, 30.06.22	Paniertes Schweineschnitzel ^{A,A1,C} Bratensoße ^{A,A1,A5} Nudelsalat ^{1,2,4,12,16,A,A1,G1,C,G,J} Vanillepudding ^{12,G1,G}	Milchreis mit Zimt und Zucker ^{G1,G} Kirschen Vanillepudding ^{12,G1,G}
	535 kcal, 31 g Eiweiß, 21 g Fett, 54 g KH, 4 BE	501 kcal, 17 g Eiweiß, 9 g Fett, 86 g KH, 7 BE
Freitag, 01.07.22	Gebratenes Seelachsfilet ^D Dillrahmsoße ^{A,A1,G1,G} Salzkartoffeln ^{G1,G} Gemüsebeilage Pflaumenkompott ²	Hähnchenspieß Geflügelsoße ^{2,A,A1} Kräuterreis Blattsalat m. Karottenstreifen Pflaumenkompott ²
	687 kcal, 35 g Eiweiß, 36 g Fett, 50 g KH, 4 BE	472 kcal, 38 g Eiweiß, 11 g Fett, 52 g KH, 4 BE
Samstag, 02.07.22	Serbische Bohnensuppe ^{1,2,6,I} Joghurt ^{12,G1,G}	Japanischer Nudleintopf ^{6,12,A,A1,A5,D,I} Joghurt ^{12,G1,G}
	363 kcal, 20 g Eiweiß, 13 g Fett, 40 g KH, 3 BE	465 kcal, 21 g Eiweiß, 19 g Fett, 51 g KH, 4 BE
Sonntag, 03.07.22	Saftiger Rinderbraten Rinderbratensoße ^{A,A1,A5,F} Rösti-Ecken Grüne Bohnen ^{1,2} Pudding mit Eierlikörgeschmack ^{G1,G}	Saftiger Rinderbraten Rinderbratensoße ^{A,A1,A5,F} Salzkartoffeln ^{G1,G} Blumenkohl mit Hollandaise ^{A,A1,A5,C,G,J} Pudding mit Eierlikörgeschmack ^{G1,G}
	460 kcal, 27 g Eiweiß, 19 g Fett, 42 g KH, 4 BE	399 kcal, 27 g Eiweiß, 12 g Fett, 42 g KH, 4 BE

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff*; (2) mit Antioxidationsmittel*; (4) mit Süßungsmittel*; (5) mit Süßungsmitteln*; (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel*; (12) mit Farbstoff*; (16) mit Phosphat* Allergene: (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]