







Speiseplan

sdn

vom 19.09. bis 25.09.2022

Tel.: (05921) 703 233

| 38. KW | Menue 1 | Menue 2 (leichte Kost) |
|--------------------------------|--|--|
| Montag 19.9.2022 | Rostbratwurst (16) Kartoffelpüree (2,b,h) Rahmkohlrabi (a,b,h,j,p) Mirabellenkompott (2) | Fleischkäse Zwiebelsoße Salzkartoffeln Tomatensalat (2,m,z10) Mirabellenkompott (2) |
| |  562 kcal, 21g Eiweiß, 33g Fett, 45g KH, 4 BE | 590 kcal, 20g Eiweiß, 35g Fett, 48g KH, 4 BE |
| Dienstag 20.9.2022 | Broccoli-Kartoffelauflauf (1,2,16,b,h,z10) Gurkensalat (2,b,h,m,z10) Vanilleflammeri (b,h) | Königsberger Klopse (d,z10) Kapernsoße (3,12,a,b,h,j,p) Salzkartoffeln Vitamingemüse (a,j,p) Vanilleflammeri (b,h) |
| | 440 kcal, 20g Eiweiß, 21g Fett, 42g KH, 3 BE |  526 kcal, 29g Eiweiß, 21g Fett, 60g KH, 4 BE |
| Mittwoch 21.9.2022 | Kartoffelsuppe (1,2,a,j,p) Wiener Würstchen Schokoladenflammeri (b,h) | Rindfleischsuppe (3,a,b,d,h,j,p,z10) Brötchen (a) Schokoladenflammeri (b,h) |
| | 672 kcal, 23g Eiweiß, 41g Fett, 55g KH, 4 BE | 510 kcal, 22g Eiweiß, 8g Fett, 76g KH, 7 BE |
| Donnerstag 22.9.2022 | Geflügelfrikadelle (a,b,h,p) Kartoffelsalat (2,4,12,b,d,h,k) Mandarinen-Quarkspeise (b,h) | Hähnchenschenkel Geflügelsoße (2,a,p) Salzkartoffeln Bohngemüse Mandarinen-Quarkspeise (b,h) |
| | 273 kcal, 21g Eiweiß, 7g Fett, 32g KH, 2 BE | 601 kcal, 55g Eiweiß, 26g Fett, 34g KH, 3 BE |
| Freitag 23.9.2022 | Sylter Fischpfanne (e,g,j,z10) Gemischter Salat (b,h) Geleespeise mit Vanillesoße (12,b,h) | Rührei (b,d,h,z10) Salzkartoffeln (2) Senfsoße (4,12,a,j,k,p) Wellenschnittmöhren (a,j,p,z10) Geleespeise mit Vanillesoße (12,b,h) |
| |  457 kcal, 28g Eiweiß, 10g Fett, 47g KH, 3 BE | 512 kcal, 35g Eiweiß, 22g Fett, 45g KH, 4 BE |
| Samstag 24.9.2022 | Wirsingintopf (a,j,p) Mettendchen Bananenpudding (b,h) | Himmel und Erde (2,a,j,p,z10) Wiener Würtchen Bananenpudding (b,h) |
| | 563 kcal, 19g Eiweiß, 36g Fett, 46g KH, 4 BE | 830 kcal, 26g Eiweiß, 65g Fett, 36g KH, 3 BE |
| Sonntag 25.9.2022 | Schnitzelaufauf (3,a,b,h,p,z10) Salzkartoffeln (2) Kaisergemüse (z10) Joghurtcreme (b,h) | Schnitzelaufauf (3,a,b,h,p,z10) Salzkartoffeln Kaisergemüse Joghurtcreme (b,h) |
| | 645 kcal, 24g Eiweiß, 30g Fett, 53g KH, 4 BE |  618 kcal, 24g Eiweiß, 30g Fett, 43g KH, 3 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; (7) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln; (12) mit Farbstoff; (13) geschwefelt; (16) mit Phosphat; (z10) das Produkt enthält keine Zusatzstoffe
Allergene: (a) Glutenhaltige Getreide -und erzeugnisse; (b) Laktose; (d) Eier und -erzeugnisse; (e)