

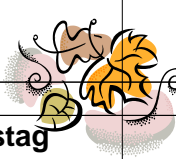



Speiseplan

sdn

vom 03.10. bis 09.10.2022

Tel.: (05921) 703 233

40. KW	Menue 1	Menue 2 (leichte Kost)
Montag 3.10.2022	Wildschweingulasch (a,b,h,m,p,z10) Kartoffelklöße Rotkohl (1) Birnenwürfel	Putenbraten Geflügelsoße (2,a,p) Salzkartoffeln grüne Bohnen (a,j,p,z10) Birnenwürfel
	669 kcal, 35g Eiweiß, 19g Fett, 83g KH, 6 BE	414 kcal, 37g Eiweiß, 9g Fett, 43g KH, 4 BE
Dienstag 4.10.2022	Frische Bratwurst Kartoffelpüree (2,b,h) Rahmkohlrabi (a,b,h,j,p) Geleespeise mit Vanillesoße (12,b,h)	Wiener Würstchen Nudeln (z10) Fruchtige Tomatensoße Blattsalat (b,h) Geleespeise mit Vanillesoße (12,b,h)
	646 kcal, 33g Eiweiß, 35g Fett, 48g KH, 4 BE	 574 kcal, 25g Eiweiß, 26g Fett, 49g KH, 4 BE
Mittwoch 5.10.2022	Reibekuchen (a,d,p) Apfelmus (2) Vanillepudding (12,b,h)	Rindfleischsuppe (3,a,b,d,h,j,p,z10) Vanillepudding (12,b,h)
	502 kcal, 8g Eiweiß, 8g Fett, 94g KH, 8 BE	415 kcal, 19g Eiweiß, 6g Fett, 58g KH, 5 BE
Donnerstag 6.10.2022	Nackensteak (z10) Kartoffelsalat (1,2,3,4,12,16,a,b,d,h,k,p) Ananas-Quarkspeise (b,h)	Chickennuggets Geflügelsoße (2,a,p) Blumenkohl (a,j,p) Salzkartoffeln Ananas-Quarkspeise (b,h)
	647 kcal, 69g Eiweiß, 28g Fett, 32g KH, 2 BE	441 kcal, 30g Eiweiß, 15g Fett, 46g KH, 3 BE
Freitag 7.10.2022	Bauern-Omelett (1,2,16,b,d,h) Möhrenrohkostsalat (2) Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h)	Rührei (b,d,h,z10) Kartoffelpüree (2,b,h) Frühlingsgemüse Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h)
	636 kcal, 22g Eiweiß, 32g Fett, 63g KH, 4 BE	488 kcal, 25g Eiweiß, 21g Fett, 54g KH, 3 BE
Samstag 8.10.2022	Milchreis (b,h) Zimt und Zucker Pfsirchkompott	Schnittbohneentopf (a,j,p,z10) Pfsirchkompott
	405 kcal, 12g Eiweiß, 3g Fett, 81g KH, 7 BE	231 kcal, 11g Eiweiß, 5g Fett, 38g KH, 3 BE
Sonntag 9.10.2022	Rinderbraten (4,k) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln Rosenkohl (a,j,p) Eierlikörcreme (b,d,h,z10)	Rinderbraten (4,k) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln Bohngemüse Eierlikörcreme (b,d,h,z10)
	559 kcal, 30g Eiweiß, 25g Fett, 47g KH, 4 BE	567 kcal, 29g Eiweiß, 25g Fett, 49g KH, 4 BE



Auf Wunsch bieten wir passierte Kost an.
Änderungen vorbehalten

Ihr Küchenteam wünscht guten Appetit

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

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