






# Speiseplan

# sdn

vom 22.05. bis 28.05.2023

Tel.: (05921) 703 233

21. KW	Menue 1	Menue 2 (leichte Kost)
<b>Montag</b> 22.5.2023	Rahmgeschnetzeltes (b,h,z10) Spätzle (z10) Gurkensalat (2,b,h,m,z10) Pflaumenkompott	Hähnchennuggets Kartoffelpüree (2,b,h) Blumenkohl (a,j,p) Pfirsichkompott
	 613 kcal, 25g Eiweiß, 32g Fett, 60g KH, 5 BE	466 kcal, 24g Eiweiß, 18g Fett, 51g KH, 2 BE
<b>Dienstag</b> 23.5.2023	Jägersulasch (a,b,h,p,z10) Kartoffelklöße Weißkohlgemüse (a,j,p) Fruchtcocktail (12)	Wiener Würstchen Kartoffelpüree (2,13,b,h,m) Erbsen und Möhren Fruchtcocktail (12)
	550 kcal, 17g Eiweiß, 19g Fett, 75g KH, 6 BE	 406 kcal, 14g Eiweiß, 18g Fett, 47g KH, 3 BE
<b>Mittwoch</b> 24.5.2023	Eierpfannkuchen (a,b,d,h,p,z10) Apfelmus (2) Schokoladenpudding (b,h)	Frühlingsuppe (3,a,b,d,h,j,p) Schokoladenpudding (b,h)
	489 kcal, 23g Eiweiß, 14g Fett, 68g KH, 6 BE	348 kcal, 22g Eiweiß, 11g Fett, 29g KH, 2 BE
<b>Donnerstag</b> 25.5.2023	Rippchen (1,2,b,h,j) Kartoffelpüree (2,13,b,h,m) Möhrengemüse Mandarinen-Quarkspeise (b,h)	Hackbraten (d,z10) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln Rahmkohlrabi (a,b,h,j,p) Mandarinen-Quarkspeise (b,h)
	511 kcal, 46g Eiweiß, 19g Fett, 37g KH, 3 BE	572 kcal, 45g Eiweiß, 24g Fett, 46g KH, 4 BE
<b>Freitag</b> 26.5.2023	Matjes"Hausfrauenart" (1,2,e) Salzkartoffeln Balkangemüse (a,j,p) Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h)	Rührei (b,d,h,z10) Salzkartoffeln Rahmspinat (12,a,b,h,p) Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h)
	546 kcal, 25g Eiweiß, 26g Fett, 53g KH, 3 BE	585 kcal, 27g Eiweiß, 29g Fett, 56g KH, 4 BE
<b>Samstag</b> 27.5.2023	Kartoffelsuppe (1,2,a,j,p) Wiener Würstchen Erdbeerpudding (12,b,h)	Schnittbohneentopf (a,j,p,z10) Erdbeerpudding (12,b,h)
	668 kcal, 23g Eiweiß, 40g Fett, 55g KH, 4 BE	271 kcal, 14g Eiweiß, 6g Fett, 41g KH, 3 BE
<b>Sonntag</b> 28.5.2023	Spießbraten (a,p) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln (2) frischer Spargel Hollandaise (b,d,h) Schokoladencreme (b,h)	Hähnchenbrustfilet (a,z10) Geflügelsoße (2,a,p) Salzkartoffeln (2) Brokkoligemüse (z10) Schokoladencreme (b,h)
	599 kcal, 11g Eiweiß, 26g Fett, 77g KH, 6 BE	 510 kcal, 37g Eiweiß, 9g Fett, 70g 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; (13) geschwefelt; (z10) das Produkt enthält keine Zusatzstoffe

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