

Speiseplan für Essen auf Rädern

vom 22.05.2023 - 28.05.2023

Name: _____

Tag	Menü 1 EaR	Menü 2 EaR
Montag, 22.05.23	Schweizer Käse-Kasseler 1,2,A,A1,G1,G Pikante Soße A,A1,A5,J Salzkartoffeln G1,G Bohnensalat G1,G Pfirsichkompott	Hirschgulasch 2,A,A1,G1,G Spätzle A,A1,C Leipziger Allerlei Pfirsichkompott
	512 kcal, 29 g Eiweiß, 24 g Fett, 40 g KH, 3 BE	469 kcal, 35 g Eiweiß, 11 g Fett, 53 g KH, 4 BE
Dienstag, 23.05.23	Eierpfannkuchen A,A1,G1,C,G Apfelmus 2,5 Kirschpudding G1,G	Hacksteak A,A1,G1,C,G,I,J Bratensoße A,A1,A5 Püree 2,G1,G Kohlrabi in Rahm A,A1,G1,G,I Kirschpudding G1,G
	505 kcal, 23 g Eiweiß, 14 g Fett, 68 g KH, 6 BE	758 kcal, 26 g Eiweiß, 51 g Fett, 48 g KH, 4 BE
Mittwoch, 24.05.23	Blumenkohlmedallions A,A1,G1,C,G Käsesoße 12,G1,G,I Gurkensalat mit Dill J Kartoffeln G1,G Quarkspeise 5,12,G1,G	#Gyrossuppe A,A1,G1,G,I,J Brötchen A,A1 Quarkspeise 5,12,G1,G
	716 kcal, 22 g Eiweiß, 35 g Fett, 73 g KH, 6 BE	576 kcal, 21 g Eiweiß, 16 g Fett, 83 g KH, 7 BE
Donnerstag, 25.05.23	Frische Bratwurst 2 Bratensoße A,A1,A5 Kartoffeln G1,G Rotkohl Pudding mit Mandelgeschmack 12,G1,G	Putenfleischstreifen Currysauce 2,A,A1,G1,G,I Kräuterreis Blumenkohl mit Hollandaise A,A1,A5,C,G,J Pudding mit Mandelgeschmack 12,G1,G
	656 kcal, 29 g Eiweiß, 30 g Fett, 62 g KH, 5 BE	430 kcal, 29 g Eiweiß, 14 g Fett, 46 g KH, 4 BE
Freitag, 26.05.23	Gebratenes Seelachsfilet D Remouladensauce 4,G1,C,G,J Salzkartoffeln G1,G Blattsalat mit Joghurtdressing 2,4,12,G1,C,G,J Rote Grütze	Rührei mit Schinkenwürfel 1,2,G1,C,G Rahmkartoffeln A,A1,G1,G,I Blattspinat G1,G Rote Grütze
	914 kcal, 29 g Eiweiß, 62 g Fett, 54 g KH, 5 BE	768 kcal, 27 g Eiweiß, 53 g Fett, 44 g KH, 4 BE
Samstag, 27.05.23	Spitzkohleintopf mit Kasseler 1,2 Joghurt 12,G1,G	Gemüseintopf mit Rindfleischwürfel Joghurt 12,G1,G
	373 kcal, 19 g Eiweiß, 17 g Fett, 36 g KH, 3 BE	305 kcal, 19 g Eiweiß, 10 g Fett, 34 g KH, 3 BE
Sonntag, 28.05.23	Frischer Spargel mit rohem Schinken 1,2,16 Salzkartoffeln G1,G Sauce Hollandaise 93,A,A5,G1,C,F,G,J Pudding mit Schokoladengeschmack G1,G	Frischer Spargel mit gekochtem Schinken Salzkartoffeln G1,G zerlassener Butter G1,G Pudding mit Schokoladengeschmack G1,G
	420 kcal, 25 g Eiweiß, 13 g Fett, 47 g KH, 4 BE	497 kcal, 24 g Eiweiß, 23 g Fett, 46 g KH, 4 BE
Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff*; (2) mit Antioxidationsmittel*; (4) mit Süßungsmittel*; (5) mit Süßungsmitteln*; (12) mit Farbstoff*; (16) mit Phosphat* Allergene: (93) unter Verwendung von Alkohol; (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]		