







# Speiseplan

# sdn

vom 25.09. bis 01.10.2023

Tel.: (05921) 703 233

39. KW	Menue 1	Menue 2 (leichte Kost)
<b>Montag</b> 25.9.2023	Rindergulasch (a,p,z10) Kartoffelklöße Rotkohl (1) Fruchtcocktail (12) <i>630 kcal, 19g Eiweiß, 17g Fett, 95g KH, 7 BE</i>	Putenschnitzel, paniert (a,p) Kartoffelpüree laktosefrei Blumenkohl (a,j,p) Fruchtcocktail (12) <i>319 kcal, 27g Eiweiß, 2g Fett, 44g KH, 2 BE</i>
<b>Dienstag</b> 26.9.2023	 Spiegeleier (d,z10) Röstkartoffeln Schlesische Gurkenhappen (12,k) Sahnepudding (12,b,h) <i>523 kcal, 18g Eiweiß, 23g Fett, 61g KH, 4 BE</i>	Schweinerollbraten Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln Rahmkohlrabi (a,b,h,j,p) Sahnepudding (12,b,h) <i>436 kcal, 32g Eiweiß, 14g Fett, 41g KH, 3 BE</i>
<b>Mittwoch</b> 27.9.2023	Erbensuppe (1,2,a,j,p,z10) Mettendchen Schokoladenpudding (b,h) <i>597 kcal, 32g Eiweiß, 27g Fett, 61g KH, 5 BE</i>	 Brokkolieintopf (2,3,a,j,p,z10) Apfelmus (2) Schokoladenpudding (b,h) <i>436 kcal, 20g Eiweiß, 8g Fett, 71g KH, 6 BE</i>
<b>Donnerstag</b> 28.9.2023	Hähnchenbrustfilet (a,z10) Gurkensalat (2,b,h,m,z10) Kartoffelgratin (12,a,b,h,p) Aprikosenkompott <i>334 kcal, 25g Eiweiß, 9g Fett, 37g KH, 2 BE</i>	Rinderbraten (4,k) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln feines Gemüse (a,j,p,z10) Aprikosenkompott <i>539 kcal, 22g Eiweiß, 23g Fett, 58g KH, 5 BE</i>
<b>Freitag</b> 29.9.2023	Seelachsfilet paniert (a,e,z10) Salzkartoffeln Möhrensalat Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h) 	Rührei mit Kochschinken (1,2,16,b,d,h,z10) Zitronenbuttersoße (a,b,h,p) Salzkartoffeln Rahmspinat (12,a,b,h,p) Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h) <i>796 kcal, 37g Eiweiß, 35g Fett, 81g KH, 6 BE</i>
<b>Samstag</b> 30.9.2023	Sauerkrauteintopf (a,j,p,z10) Mettendchen Heidelbeerquarkspeise (b,h,z10) <i>618 kcal, 19g Eiweiß, 37g Fett, 46g KH, 2 BE</i>	Gemüsesuppe (a,j,p,z10) Brötchen Heidelbeerquarkspeise (b,h,z10) <i>411 kcal, 16g Eiweiß, 6g Fett, 71g KH, 4 BE</i>
<b>Sonntag</b> 1.10.2023	Hähnchenbrustfilet (a,j,p) Geflügelsoße (2,a,p) Salzkartoffeln Prinzeßbohnen (a,j,p,z10) Schokoladencreme (b,h) <i>521 kcal, 22g Eiweiß, 18g Fett, 66g KH, 5 BE</i>	 Hähnchenbrustfilet (a,z10) Geflügelsoße (2,a,p) Kartoffelpüree (2,b,h) Leipziger Allerlei (a,j,p) Schokoladencreme (b,h) <i>508 kcal, 36g Eiweiß, 13g Fett, 66g KH, 3 BE</i>

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; (10) enthält eine Phenylalaninquelle; (12) mit Farbstoff; (16) mit Phosphat; (z10) das Produkt enthält keine Zusatzstoffe