

Speiseplan für Essen auf Rädern

vom 04.03.2024 - 10.03.2024

Name: _____

| Tag | Menü 1 EaR | Menü 2 EaR |
|---------------------------------|---|--|
| Montag, 04.03.24 | Schinkennudeln mit Ei ^{A,A1,C} Tomatensauce ¹³ Bohnensalat ^{G1,G} Aprikosenkompott | Schweinenacken Kräutersoße ^{G1,G} Püree ^{2,G1,G} Romanesco ^{93,A,A5,G1,C,F,G,I,J} Aprikosenkompott |
| | 602 kcal, 25 g Eiweiß, 6 g Fett, 104 g KH, 9 BE | 565 kcal, 30 g Eiweiß, 28 g Fett, 45 g KH, 4 BE |
| Dienstag, 05.03.24 | Schweinenackensteak Pilzsoße ^{1,2} Bratkartoffeln ^{1,2} Gurkensalat mit Dill ^J Erdbeerpudding ^{12,G1,G} | Hühnerfrikassee ^{G1,G} Kräuterreis Erbsen Erdbeerpudding ^{12,G1,G} |
| | 696 kcal, 35 g Eiweiß, 41 g Fett, 45 g KH, 4 BE | 364 kcal, 30 g Eiweiß, 6 g Fett, 47 g KH, 4 BE |
| Mittwoch, 06.03.24 | Milchreis mit Zimt und Zucker ^{G1,G} Kirschen Quark mit Früchten ^{G1,G} | Grafschafter Hochzeitsuppe ^{A,A1,G1,C,G} Brötchen ^{A,A1} Quark mit Früchten ^{G1,G} |
| | 602 kcal, 26 g Eiweiß, 13 g Fett, 93 g KH, 8 BE | 528 kcal, 35 g Eiweiß, 14 g Fett, 61 g KH, 5 BE |
| Donnerstag, 07.03.24 | Wirsing Eintopf ^{1,2,G1,G,I} Kasseler ^{1,2} Pudding mit Schokoladengeschmack ^{G1,G} | Hähnchenkeule Geflügelsoße ^{2,A,A1} Salzkartoffeln ^{G1,G} Kaisergemüse Pudding mit Schokoladengeschmack ^{G1,G} |
| | 519 kcal, 25 g Eiweiß, 29 g Fett, 37 g KH, 3 BE | 874 kcal, 44 g Eiweiß, 51 g Fett, 56 g KH, 5 BE |
| Freitag, 08.03.24 | Gefüllte rote Paprika ^{A,A1,C} Pikante Soße ^{A,A1,A5,J} Bunter Reis Tomatensalat Pflaumenkompott ² | Gedünstetes Fischfilet ^{A,A1,G1,D,G,J} Kräutersoße ^{G1,G} Salzkartoffeln ^{G1,G} Rahmspinat ^{G1,G} Pflaumenkompott ² |
| | 606 kcal, 18 g Eiweiß, 25 g Fett, 73 g KH, 6 BE | 735 kcal, 19 g Eiweiß, 42 g Fett, 64 g KH, 5 BE |
| Samstag, 09.03.24 | Holländischer Möhre Eintopf ^{2,I} Apfelmus ^{2,5} Joghurt ^{12,G1,G} | Klare Rindfleischsuppe ^{G1,C,G,I} Joghurt ^{12,G1,G} |
| | 417 kcal, 19 g Eiweiß, 13 g Fett, 53 g KH, 4 BE | 405 kcal, 24 g Eiweiß, 12 g Fett, 51 g KH, 4 BE |
| Sonntag, 10.03.24 | Rinderschmorbraten Braune Soße ^{A,A1,A5} Salzkartoffeln ^{G1,G} Blumenkohl Pudding mit Nougatgeschmack ^{G1,G} | Rinderschmorbraten Braune Soße ^{A,A1,A5} Püree ^{2,G1,G} Erbsen Pudding mit Nougatgeschmack ^{G1,G} |
| | 506 kcal, 35 g Eiweiß, 21 g Fett, 42 g KH, 4 BE | 473 kcal, 37 g Eiweiß, 16 g Fett, 44 g KH, 4 BE |

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff*; (2) mit Antioxidationsmittel*; (5) mit Süßungsmitteln*; (12) mit Farbstoff*; (13) - geschwefelt* 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]