



# Speiseplan

# sdn

vom 18.03. bis 24.03.2024

Tel.: (05921) 703 233

12. KW	Menue 1	Menue 2 (leichte Kost)
<b>Montag</b> 18.3.2024	Rostbratwurst (16) Kartoffelpüree (2,b,h,m) Gemüsemix Flandern (a,j,p) Schokoladenpudding (b,h)	Nudeln (z10) Fruchtige Tomatensoße ZucchiniGemüse (a,j,p,z10) Schokoladenpudding (b,h)
	<i>543 kcal, 23g Eiweiß, 33g Fett, 39g KH, 3 BE</i>	<i>282 kcal, 10g Eiweiß, 11g Fett, 42g KH, 3 BE</i>
<b>Dienstag</b> 19.3.2024	Gyrosplanne Reis (z10) Weisskrautsalat (2) Geleespeise mit Vanillesoße (12,b,h)	TKHähnchenschenkel (z10) Kartoffelpüree (2,b,h) Prinzeßbohnen (a,j,p,z10) Geleespeise mit Vanillesoße (12,b,h)
	<i>676 kcal, 38g Eiweiß, 28g Fett, 67g KH, 4 BE</i>	<i>589 kcal, 49g Eiweiß, 25g Fett, 46g KH, 4 BE</i>
<b>Mittwoch</b> 20.3.2024	Eierpfannkuchen (a,b,d,h,p,z10) Heidelbeeren Vanillepudding (12,b,h)	Schnittbohneentopf (a,j,p,z10) Rindfleischwürfel Apfelmus (2) Vanillepudding (12,b,h)
	<i>462 kcal, 24g Eiweiß, 14g Fett, 61g KH, 5 BE</i>	<i>416 kcal, 22g Eiweiß, 11g Fett, 59g KH, 5 BE</i>
<b>Donnerstag</b> 21.3.2024	Rippchen (1,2,b,h,j) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln Weißkohlgemüse (a,j,p) Ananas-Quarkspeise (b,h)	Rinderbraten (4,k) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln Kaisergemüse (z10) Ananas-Quarkspeise (b,h)
	<i>533 kcal, 51g Eiweiß, 22g Fett, 32g KH, 3 BE</i>	<i>441 kcal, 32g Eiweiß, 20g Fett, 35g KH, 2 BE</i>
<b>Freitag</b> 22.3.2024	Bauern-Omelett (1,2,16,b,d,h) Möhrensalat Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h)	Rotbarschfilet paniert (a,e,z10) Zitronenbuttersoße (a,b,h,p) Salzkartoffeln (2) Rahmspinat (12,a,b,h,p) Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h)
	<i>825 kcal, 21g Eiweiß, 47g Fett, 79g KH, 6 BE</i>	<i>587 kcal, 29g Eiweiß, 19g Fett, 71g KH, 4 BE</i>
<b>Samstag</b> 23.3.2024	Himmel und Erde (2,a,j,p,z10) Wiener Würstchen Himbeerpudding (12,b,h)	Rindfleischsuppe (3,a,b,d,h,j,p,z10) Himbeerpudding (12,b,h)
	<i>624 kcal, 16g Eiweiß, 44g Fett, 44g KH, 4 BE</i>	<i>430 kcal, 30g Eiweiß, 12g Fett, 55g KH, 5 BE</i>
<b>Sonntag</b> 24.3.2024	Hähnchenbrustfilet, paniert (a,z10) Geflügelsoße (2,a,p) Salzkartoffeln Rotkohl (1) Rotweincreme (b,h,m,z10)	Hähnchenbrustfilet, paniert (a,z10) Geflügelsoße (2,a,p) Salzkartoffeln (2) Blumenkohl (a,j,p) Rotweincreme (b,h,m,z10)
	<i>591 kcal, 25g Eiweiß, 15g Fett, 82g KH, 4 BE</i>	<i>514 kcal, 27g Eiweiß, 6g Fett, 78g KH, 5 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