







# Speiseplan

# sdn

vom 22.07. bis 28.07.2024

Tel.: (05921) 703 233

30. KW	Menue 1	Menue 2 (leichte Kost)
<b>Montag</b> 22.7.2024	Gyrospfanne Reis (z10) Weisskrautsalat (2) Fruchtcocktail (12)	Hähnchenkeule (z10) Geflügelsoße (2,a,p) Salzkartoffeln Blumenkohl (a,j,p) Fruchtcocktail (12)
	 659 kcal, 27g Eiweiß, 31g Fett, 64g KH, 4 BE	459 kcal, 31g Eiweiß, 18g Fett, 38g KH, 3 BE
<b>Dienstag</b> 23.7.2024	Rostbratwurst (16) Kartoffelpüree (2,b,h) Rahmkohlrabi (a,b,h,j,p) Fruchtjoghurt (b,h)	Rindfleisch Zwiebelsoße Salzkartoffeln Bohngemüse Fruchtjoghurt (b,h)
	547 kcal, 24g Eiweiß, 35g Fett, 36g KH, 2 BE	 484 kcal, 38g Eiweiß, 18g Fett, 44g KH, 2 BE
<b>Mittwoch</b> 24.7.2024	Milchreis (b,h,z10) Backobst (1,2,13,b,h,m,z10)	Nudeleintopf (a,z10) Backobst (1,2,13,b,h,m,z10)
	672 kcal, 20g Eiweiß, 15g Fett, 114g KH, 9 BE	545 kcal, 14g Eiweiß, 3g Fett, 110g KH, 8 BE
<b>Donnerstag</b> 25.7.2024	Hähnchenschnitzel "WienerArt" (a,p) Gurkensalat (2,b,h,m,z10) Kartoffelgratin (12,a,b,h,p) Mirabellen (2)	Schweinerollbraten Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln feines Gemüse (a,j,p,z10) Mirabellen (2)
	481 kcal, 30g Eiweiß, 17g Fett, 49g KH, 2 BE	506 kcal, 29g Eiweiß, 14g Fett, 63g KH, 5 BE
<b>Freitag</b> 26.7.2024	gekochtes Ei (d) Senfsoße (4,12,a,j,k,p) Salzkartoffeln Rahmspinat (a,b,h,j,p) Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h)	Seelachsfilet (e,z10) Zitronenbuttersoße (a,b,h,p) Salzkartoffeln Mischgemüse (a,j,p) Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h)
	 466 kcal, 14g Eiweiß, 15g Fett, 65g KH, 5 BE	524 kcal, 35g Eiweiß, 10g Fett, 73g KH, 5 BE
<b>Samstag</b> 27.7.2024	Weißkohleintopf (1,2,a,j,p,z10) Mettendchen Himbeerpudding (12,b,h)	Frühlingssuppe (3,a,b,d,h,j,p) Himbeerpudding (12,b,h)
	580 kcal, 27g Eiweiß, 26g Fett, 57g KH, 4 BE	305 kcal, 21g Eiweiß, 10g Fett, 20g KH, 2 BE
<b>Sonntag</b> 28.7.2024	Rinderroulade "Hausfrauen Art" (4,k,z10) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln (2) Rotkohl (1) Herrenspeise (30,b,g,h)	Rinderroulade "Hausfrauen Art" (4,k,z10) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln (2) Blumenkohl (a,j,p) Herrenspeise (30,b,g,h)
	650 kcal, 24g Eiweiß, 34g Fett, 53g KH, 3 BE	 535 kcal, 26g Eiweiß, 26g Fett, 40g KH, 3 BE

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; (13) geschwefelt; (16) mit Phosphat; (30) unter Verwendung von Alkohol; (z10) das Produkt enthält keine Zusatzstoffe