



# Speiseplan

# sdn

vom 14.10. bis 20.10.2024

Tel.: (05921) 703 233

42. KW	Menue 1	Menue 2 (leichte Kost)
<b>Montag</b> 14.10.2024	Hähnchenschenkel (z10) Geflügelsoße (2,a,p) Salzkartoffeln Balkangemüse (a,j,p) Mirabellen (2) <i>602 kcal, 39g Eiweiß, 25g Fett, 54g KH, 3 BE</i>	Lebergulasch (1,2) Kartoffelpüree (2,b,h) Erbsen und Möhren Mirabellen (2) <i>490 kcal, 39g Eiweiß, 14g Fett, 55g KH, 3 BE</i>
<b>Dienstag</b> 15.10.2024	Bauernkotelett Kartoffelpüree (2,b,h) Bohnengemüse Schokoladenpudding (b,h,z10) <i>632 kcal, 39g Eiweiß, 36g Fett, 42g KH, 4 BE</i>	Nudelauflauf (1,2,16,b,h,j,z10) Tomatensoße Gemischter Salat (b,h) Schokoladenpudding (b,h,z10) <i>690 kcal, 38g Eiweiß, 22g Fett, 75g KH, 6 BE</i>
<b>Mittwoch</b> 16.10.2024	Weißer Bohnensuppe mit Einlage (1,2,a,j,p,z10) Mandarinen-Quarkspeise (b,h) <i>531 kcal, 47g Eiweiß, 11g Fett, 65g KH, 5 BE</i>	Möhreneintopf (1,2,a,j,p,z10) Apfelmus (2) Mandarinen-Quarkspeise (b,h) <i>429 kcal, 23g Eiweiß, 1g Fett, 71g KH, 6 BE</i>
<b>Donnerstag</b> 17.10.2024	Kohlroulade SDN (4,a,b,h,k) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln Fruchtjoghurt <i>594 kcal, 42g Eiweiß, 26g Fett, 52g KH, 2 BE</i>	Rinderbraten Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln Blumenkohl (a,j,p) Fruchtjoghurt <i>455 kcal, 42g Eiweiß, 12g Fett, 41g KH, 2 BE</i>
<b>Freitag</b> 18.10.2024	Seelachsfilet paniert (a,e,z10) Kräutersauce (a,b,h,j) Salzkartoffeln (2) Möhrensalat Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h) <i>678 kcal, 23g Eiweiß, 27g Fett, 84g KH, 5 BE</i>	Käsesuppe mit Brötchen (3,a,b,h,j,t) Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h) <i>647 kcal, 40g Eiweiß, 26g Fett, 67g KH, 5 BE</i>
<b>Samstag</b> 19.10.2024	Grünkohleintopf (2,j) Mettendchen Himbeerpudding (12,b,h) <i>637 kcal, 27g Eiweiß, 44g Fett, 31g KH, 2 BE</i>	Hühnersuppe (a,j,p,z10) Himbeerpudding (12,b,h) <i>367 kcal, 28g Eiweiß, 8g Fett, 45g KH, 4 BE</i>
<b>Sonntag</b> 20.10.2024	Schweinerollbraten Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln Junge Erbsen Zitronencreme (b,h,z10) <i>551 kcal, 36g Eiweiß, 16g Fett, 65g KH, 3 BE</i>	Schweinerollbraten Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln Kaisergemüse Zitronencreme (b,h,z10) <i>451 kcal, 32g Eiweiß, 15g Fett, 45g KH, 3 BE</i>



Auf Wunsch bieten wir passierte Kost an.  
Änderungen vorbehalten

**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

**SDN Nordhorn gGmbH**  
Küche Nordhorn  
Krokusstraße 2-4  
48527 Nordhorn  
Tel.: (05921) 703 233