



# Speiseplan

# sdn

vom 24.03. bis 30.03.2025

Tel.: (05921) 703 233

13. KW	Menue 1	Menue 2 (leichte Kost)
<b>Montag</b> 24.3.2025	Fleischkäse Kartoffelpüree (2,b,h) Möhrengemüse Mandarinen-Quarkspeise (b,h)	gekochtes Rindfleisch Zwiebelsoße Salzkartoffeln Bohnegemüse Mandarinen-Quarkspeise (b,h)
	<i>500 kcal, 25g Eiweiß, 30g Fett, 33g KH, 3 BE</i>	<i>651 kcal, 44g Eiweiß, 35g Fett, 37g KH, 3 BE</i>
<b>Dienstag</b> 25.3.2025	Lasagne (a,j,p,z10) Gemischter Salat (b,h) Erdbeerflammeri (12,b,h)	Putenbraten Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln Pariser Karotten Erdbeerflammeri (12,b,h)
	<i>742 kcal, 34g Eiweiß, 13g Fett, 105g KH, 9 BE</i>	<i>397 kcal, 38g Eiweiß, 5g Fett, 46g KH, 4 BE</i>
<b>Mittwoch</b> 26.3.2025	Sauerkrauteintopf (a,j,p,z10) Mettendchen Vanille-Sahnepudding (12,b,h)	Pichelsteinereintopf (a,j,p,z10) Rindfleischwürfel Vanille-Sahnepudding (12,b,h)
	<i>609 kcal, 15g Eiweiß, 38g Fett, 44g KH, 2 BE</i>	<i>537 kcal, 30g Eiweiß, 11g Fett, 80g KH, 5 BE</i>
<b>Donnerstag</b> 27.3.2025	Backschinken Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln Erbsen mit Champignons (a,j,p) Pfersiche, gewürfelt	Makkaroni (a,d,z10) Hackfleischsoße (a,p,z10) Blattsalat Pfersiche, gewürfelt
	<i>431 kcal, 28g Eiweiß, 12g Fett, 50g KH, 4 BE</i>	<i>544 kcal, 30g Eiweiß, 21g Fett, 61g KH, 5 BE</i>
<b>Freitag</b> 28.3.2025	Seelachsfilet paniert (a,e,z10) Zitronenbuttersoße (a,b,h,p) Salzkartoffeln Möhrengemüse Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h)	Käsesuppe (3,a,b,h,j,t) Brötchen (a) Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h)
	<i>514 kcal, 27g Eiweiß, 9g Fett, 79g KH, 5 BE</i>	<i>607 kcal, 41g Eiweiß, 26g Fett, 53g KH, 4 BE</i>
<b>Samstag</b> 29.3.2025	Linsensuppe mit Einlage (1,2,a,j,p,z10) Fruchtjoghurt (b,h)	Gemüseintopf (a,j,p,z10) Fruchtjoghurt (b,h)
	<i>714 kcal, 34g Eiweiß, 43g Fett, 42g KH, 4 BE</i>	<i>239 kcal, 9g Eiweiß, 3g Fett, 41g KH, 4 BE</i>
<b>Sonntag</b> 30.3.2025	Rinderbraten (4,k) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln (2) Rosenkohl (a,j,p) Herrenspeise (30,b,g,h)	Rinderbraten (4,k) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln (2) Leipziger Allerlei (a,j,p) Herrenspeise (30,b,g,h)
	<i>504 kcal, 28g Eiweiß, 25g Fett, 35g KH, 3 BE</i>	<i>508 kcal, 24g Eiweiß, 26g Fett, 38g 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; (12) mit Farbstoff; (30) unter Verwendung von Alkohol; (z10) das Produkt enthält keine Zusatzstoffe  
Allergene: (a) Glutenhaltige Getreide -und erzeugnisse; (b) Laktose; (d) Eier und -erzeugnisse; (e)

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