

# Speiseplan

für die Woche 05.11.18 bis 11.11.2018

Montag	Hauptgericht	Schweineschnitzel mit Mischgemüse und Kartoffeln
	Diät	wie oben (760 kcal.)
	Dessert	Birnenkompott
	Salat	„Hamburger Salat“ süß-sauer mariniertes Weißkohl mit Karotte in Rahm
Dienstag	Hauptgericht	Grütwurst mit Sauerkraut und Kartoffeln
	Diät	wie oben (640 kcal.)
	Dessert	Stracciatella Joghurt
	Salat	Original-Chefsalat (Eisbergsalat, Gurke, Tomate, Ei, Schinken, Käse)
Mittwoch	Hauptgericht	Hühnerrudeln mit Gemüse und Körnerbrötchen
	Diät	wie oben ( 780 kcal)
	Dessert	Schokopudding mit Vanillesoße
	Salat	Bunter Salat mit Thunfisch und Zwiebelringen
Donnerstag	Hauptgericht	Kohlroulade mit Krautsoße und Petersilienkartoffeln
	Diät	wie oben (830 kcal.)
	Dessert	Banane
	Salat	Dill-Gurkensalat
Freitag	Hauptgericht	Gebrautes Seelachsfilet mit Dill-Möhrengemüse und Kartoffeln
	Diät	wie oben ( 730 kcal.)
	Dessert	Trinkpäckchen
	Salat	Tomatensalat mit Zwiebeln und Kräutern
Samstag	Hauptgericht	„Bami Goreng“ Nudelpfanne mit gebratenen Hähnchenfleisch und fruchtig scharfer Soße
	Diät	wie oben ( 770 kcal.)
	Dessert	Erdbeerjoghurt
	Salat	Rote Betesalat
Sonntag	Hauptgericht	Frikadelle mit Porreegemüse in Rahm und Kartoffeln
	Diät	wie oben ( 710 kcal.)
	Dessert	Birne
	Salat	bunter Salat der Saison

**Guten Appetit!**

Änderungen vorbehalten!