

Speiseplan

Die Möwe
Küche am Hafen

für die Woche 16.09.2019 bis 22.09.2019

Montag	Hauptgericht	Hühnerfrikassee mit Erbsen und Möhren, Reis oder Kartoffeln
	Diät	wie oben (710 kcal.)
	Dessert	Obst
	Salat	Bohnensalat mit Zwiebeln(480 kcal.)
Dienstag	Hauptgericht	Hähnchen- Cordon bleu mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln
	Diät	wie oben (830 kcal.)
	Dessert	Banane
	Salat	Tomaten- Gurkensalat mit Fetakäse (410 kcal.)
Mittwoch	Hauptgericht	Jägerschnitzel mit Tomatensoße und Nudeln
	Diät	wie oben (710 kcal.)
	Dessert	Buttermilchdessert mit Früchten
	Salat	Curryreissalat mit Früchten (480 kcal.)
Donnerstag	Hauptgericht	Schlemmerfischfilet „Borderlaise“ mit Kräutersoße und Tomatenreis
	Diät	wie oben (690 kcal.)
	Dessert	Mandarinenkompott
	Salat	Rucola-Karottensalat mit gerösteten Sonnenblumenkernen (390 kcal.)
Freitag	Hauptgericht	Mecklenburger Soljanka mit Saure Sahne, Zitronenecke und Brötchen
	Diät	wie oben (720 kcal.)
	Dessert	Apfelsaftpäckchen
	Salat	Kartoffelsalat mit Frikadelle (760 kcal.)
Samstag	Hauptgericht	„Trucker Pfanne“ mit Schweinefleischstreifen, Rote Bohnen und Reis
	Diät	wie oben (650 kcal.)
	Dessert	Birne
	Salat	Rohkostmix (400 kcal.)
Sonntag	Hauptgericht	Gebratener Leberkäse mit Bratkartoffeln und Rohkostsalat
	Diät	wie oben (720kcal.)
	Dessert	Schokoquark
	Salat	Salat mit Sellerie, Möhren und Äpfel (400 kcal.)

Guten Appetit!

Inhaltsstoffe (wie Allergene und Zusatzstoffe) sind auf der externen Liste verzeichnet. Diese liegt bei dem Küchenpersonal aus.

Änderungen vorbehalten