

# Speiseplan für die Woche

09.04.18 bis 15.04.2018



Montag	Hauptgericht	Königsberger Klopse mit süß-saurer Kapernsoße, Kartoffeln und Rote Beete Salat
	Diät	wie oben ( 640 kcal.)
	Dessert	Erdbeerjoghurt
	Salat	bunter Salat mit Tomate, Gurke, Mais und rote Zwiebeln
Dienstag	Hauptgericht	Hirtenrolle mit Letschogemüse und Reis oder Kartoffeln
	Diät	wie oben ( 720 kcal.)
	Dessert	Apfel
	Salat	Paprika-Salat mit roten Zwiebeln, Eisberg und Kräutern
Mittwoch	Hauptgericht	Spaghetti Carbonara mit Kochschinken in Käsesoße
	Diät	wie oben ( 790 kcal.)
	Dessert	Götterspeise mit Vanillesoße
	Salat	Farfalle(Schmetterlingsnudel)-Salat mit Tomate, Zucchini, Basilikum
Donnerstag	Hauptgericht	Mecklenburger Rippenbraten mit Backpflaumensoße, Rotkohl und Kartoffeln
	Diät	wie oben ( 680 kcal.)
	Dessert	Pfirsichkompott
	Salat	Chefsalat ( Schinken , Ei, Ananas, Mandarine, Mayon.)
Freitag	Hauptgericht	Hähnchensteak Hawaii mit Zitronensoße, Kartoffeln
	Diät	wie oben ( 720 kcal.)
	Dessert	Apfelsafttrinkpäckchen
	Salat	Mandarinen-Lauchsalat mit Chinakohl in Sauerrahm
Samstag	Hauptgericht	Chinapfanne mit gebratenen Hähnchenbruststreifen, süß-sauer Soße und Reis
	Diät	wie oben ( 780 kcal.)
	Dessert	Obst
	Salat	Karottensalat mit Rosinen
Sonntag	Hauptgericht	Kasseler Braten mit Bohnengemüse und Petersilienkartoffeln
	Diät	wie oben ( 730 kcal.)
	Dessert	Buttermilchdessert
	Salat	Rote Beete Salat mit Kräuter

**Guten Appetit!**

Änderungen vorbehalten!