

Speiseplan

für die Woche vom 19.02.2018 bis 25.02.2018

Montag	Hauptgericht	Putengeschnetzeltes mit Champignons und Spätzle oder Kartoffeln
	Diät	wie oben (810 kcal.)
	Dessert	Birne
	Salat	Gurkensalat in Dillrahmsoße (650 kcal.)
Dienstag	Hauptgericht	Hackfleischspieße mit Champignonsoße und Petersilienkartoffeln
	Diät	wie oben (730 kcal.)
	Dessert	Fruchtjoghurt
	Salat	Gemischter Salat mit Feta (480 kcal.)
Mittwoch	Hauptgericht	Gebrautes Seelachsfilet mit Kräutersoße und Kartoffeln dazu Salat
	Diät	wie oben (740 kcal.)
	Dessert	Stracciatella Joghurt
	Salat	Gemischter Salat mit Putenstreifen (490 kcal.)
Donnerstag	Hauptgericht	Kasseler Braten mit Bohnengemüse und Petersilienkartoffeln
	Diät	wie oben (730 kcal.)
	Dessert	Pflaumenkompott
	Salat	Schichtsalat
Freitag	Hauptgericht	Erseneintopf mit Bockwurst und Brötchen
	Diät	wie oben (680 kcal.)
	Dessert	Orangensafttrinkpäckchen
	Salat	Kartoffelsalat mit Bockwurst (940kcal)
Samstag	Hauptgericht	Bratwurst mit Mischgemüse und Salzkartoffeln
	Diät	wie oben (740 kcal.)
	Dessert	Obst
	Salat	Gemischter Salat mit Gurke, Tomate und Paprika
Sonntag	Hauptgericht	Hähnchenhaxe mit Rahmgemüse und Salzkartoffeln
	Diät	wie oben (710 kcal.)
	Dessert	Vanillequark
	Salat	Verschiedene Rohkostsalate (410 kcal.)

Guten Appetit!

Änderungen vorbehalten