

Speiseplan

für die Woche 26.03.18 bis 01.04.2018

Montag	Hauptgericht	Hühnerruddeleintopf mit Gemüse und Körnerbrötchen
	Diät	wie oben (710 kcal.)
	Dessert	Birnenkompott
	Salat	„Hamburger Salat“ süß-sauer mariniertes Weißkohl mit Karotte in Rahm
Dienstag	Hauptgericht	Szegediner Schweinegulasch mit Zwiebeln, Sauerkraut, böhmische Knödeln oder Petersilienkartoffeln
	Diät	wie oben (640 kcal.)
	Dessert	Stracciatella Joghurt
	Salat	Original-Chefsalat (Eisbergsalat, Gurke, Tomate, Ei, Schinken, Käse)
Mittwoch	Hauptgericht	Hähnchenschnitzel mit Möhrengemüse und Kartoffeln
	Diät	wie oben (680 kcal)
	Dessert	Obst
	Salat	Bunter Salat mit Thunfisch und Zwiebelringen
Donnerstag	Hauptgericht	Kohlroulade mit Krautsoße und Petersilienkartoffeln
	Diät	wie oben (830 kcal.)
	Dessert	Schokomilchtrinkpäckchen
	Salat	Dill-Gurkensalat
Freitag	Hauptgericht	Gebackenes Wildlachsfilet an Porreeahmgemüse und Kartoffeln
	Diät	wie oben (730 kcal.)
	Dessert	Banane
	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	Falscher Hase (Hackbraten mit Ei) mit Möhren, brauner Soße und Kartoffeln
	Diät	wie oben (710 kcal.)
	Dessert	Birne
	Salat	bunter Salat der Saison

Guten Appetit!

Änderungen vorbehalten!