

Speiseplan für die Woche 04.01.2021 bis 10.01.2021

Montag	Hauptgericht	Wurstgoulasch mit Zwiebeln und Hörnchennudeln
	Diät	wie oben (780 kcal.)
	Dessert	Obst
	Salat	bunt gemischter Salat mit Fetakäse
Dienstag	Hauptgericht	Frikadelle mit Kohlrabi- Möhrengemüse und Kartoffeln
	Diät	wie oben (750 kcal.)
	Dessert	Zitronenjoghurt
	Salat	Obstsalat mit Natur Joghurt
Mittwoch	Hauptgericht	Hähnchenkeule mit Soße, Rotkohl und Klöße oder Petersilienkartoffeln
	Diät	wie oben (830 kcal.)
	Dessert	Birne
	Salat	Paprika-Salat mit roten Zwiebeln, Eisberg und Kräutern
Donnerstag	Hauptgericht	Grüzwurst mit Sauerkraut und Kartoffeln
	Diät	wie oben (760 kcal.)
	Dessert	Orange
	Salat	Gemischter Salat mit Schinkenstreifen
Freitag	Hauptgericht	Linseneintopf mit Knacker und Brötchen
	Diät	wie oben (740 kcal.)
	Dessert	Trinkpäckchen
	Salat	Farfalle (Schmetterlingsnudel)-Salat mit Tomate, Zucchini,
Samstag	Hauptgericht	Gyros mit Tzatziki, Reis oder Kartoffeln
	Diät	wie oben (680 kcal.)
	Dessert	Pfirsich-Maracuja Joghurt
	Salat	Gurken - Tomatensalat
Sonntag	Hauptgericht	gebratenes Steak an Soße mit mediterraner Nudelpfanne mit Pesto
	Diät	wie oben (730 kcal.)
	Dessert	Fruchtquark
	Salat	Rohkostmix

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