

Speiseplan

für die Woche vom 14.12.2020 bis 20.12.2020

Montag	Hauptgericht	Szegediner Gulasch vom Schwein mit Sauerkraut und Kartoffeln
	Diät	wie oben (680 kcal.)
	Dessert	Ananaskompott
	Salat	bunter Salat mit Schinkenstreifen (400 kcal.)
Dienstag	Hauptgericht	Hähnchensteak „Hawaii“ mit Ananas,- Käse überbacken Zitronensoße und Reis oder Kartoffeln
	Diät	wie oben (620 kcal.)
	Dessert	Birnenquark
	Salat	Rote Beete Salat mit Zwiebeln
Mittwoch	Hauptgericht	Hackbraten mit Bohnensoße und Petersilienkartoffeln
	Diät	wie oben (790 kcal.)
	Dessert	Grießpudding mit Fruchtsoße
	Salat	Nudelsalat mit roten Zwiebeln, Tomaten, Pesto und Feta (620kcal.)
Donnerstag	Hauptgericht	Jägerschnitzel mit Tomatensoße und Nudeln
	Diät	wie oben (710 kcal.)
	Dessert	Apfel
	Salat	Griechischer Salat mit Oliven, Zwiebeln und Fetakäse (420 kcal.)
Freitag	Hauptgericht	Currywurst mit fruchtig scharfer Soße, Kartoffelpüree oder Kartoffeln
	Diät	wie oben (780 kcal.)
	Dessert	Trinkpäckchen
	Salat	verschiedene Gemüsesticks mit Kräuter dip (450 kcal)
Samstag	Hauptgericht	Hähnchenkeule mit Brokkoli und Kartoffeln
	Diät	wie oben (730 kcal.)
	Dessert	Fruchtjoghurt
	Salat	Eisbergsalat mit Paprikamix (480 kcal.)
Sonntag	Hauptgericht	gebratenes Fischfilet mit Kräutersoße, Kartoffeln und buntem Salat
	Diät	wie oben (740 kcal.)
	Dessert	Obst
	Salat	Gemischter Salat (410 kcal.)

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