

Speiseplan

für die Woche 17.01.2022 bis 23.01.2022

Montag	Hauptgericht	mediterrane Pfanne mit Hackfleisch, Zucchini und Auberginen dazu Reis oder Kartoffeln
	Diät	wie oben (640 kcal.)
	Dessert	Vanillequark
	Salat	Tomaten- Gurkensalat mit Fetakäse
Dienstag	Hauptgericht	Gulasch von der Pute mit Champignons, Gewürzgurke und Spätzle oder Kartoffeln
	Diät	wie oben (720 kcal.)
	Dessert	Fruchtjoghurt
	Salat	Orangen-Fenchelsalat auf Eisberg mit Sonnenblumenkernen
Mittwoch	Hauptgericht	Kartoffelsuppe mit Wiener Würstchen und „Schusterjunge“- Brötchen
	Diät	wie oben (790 kcal.)
	Dessert	Apfelmus mit Vanillesoße
	Salat	Nudelsalat mit Wiener Würstchen
Donnerstag	Hauptgericht	Grütwurst mit Sauerkraut und Kartoffeln
	Diät	wie oben (810 kcal.)
	Dessert	Apfel
	Salat	bunter Salat mit Thunfisch und Zwiebeln
Freitag	Hauptgericht	Rahmspinat mit Rührei und Kartoffeln
	Diät	wie oben (580 kcal.)
	Dessert	Obst
	Salat	Spaghetti- Salat mit Tomaten und Brokkoli
Samstag	Hauptgericht	gebratenes Fischfilet mit Kräuterkartoffelpüree und Gurkensalat
	Diät	wie oben (720 kcal.)
	Dessert	Pflaumenkompott
	Salat	Salat mit Karotten, Gurke und Kräutern
Sonntag	Hauptgericht	gebackene Hähnchenbrust mit Erbsengemüse und Kartoffeln
	Diät	wie oben (810 kcal.)
	Dessert	Buttermilchdessert
	Salat	Gemischter Salat mit Croutons

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