

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Voerkost	Apfel-Möhrensalat 	kleiner bunter Salat mit Joghurdressing 	Gewürzgurken 	Paprikasticks 	Tomatensalat
Eten 1	Schweineschnitzel mit Erbsen-Möhren in Rahm und Röstkartoffeln 	Soljanka mit Bauernbaguette 	veg. Nudelauflauf 	Gemüsebratreis 	Kohlroulade mit Specksoße und Salzkartoffeln
Eten 2	Falafel mit Gemüseries und Kräuter-Joghurt-Dip 	Möhren-Kartoffel-Cremesuppe mit Bauernbaguette 			Kartoffel-Gemüse-Pfanne
Naeten	Obst 	Vanillequark 	Apfel 	Käsekuchen ohne Boden 	Grießbrei mit Kirschen

Wir wünschen guten Appetit

Informationen zu Allergenen und Zusatzstoffen finden Sie an der Ausgabe. Änderungen vorbehalten.

= vegan = vegetarisch = Schwein = Rind

WIR RICHTEN GUTES AN. MIT KOPF UND HERZ.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Voerkost	Apfel-Möhrensalat 2  	kleiner bunter Salat mit Joghurtdressing 24 	Gewürzgurken 1, 5, 27  	Paprikasticks  	Tomatensalat 2, 10, 29  
	KJ 176 ges.Fs 0.1 g Bst 2.3 g Kcal 41 KH 8.5 g E 0.7 g F 0.3 g Zucker 7.9 g Salz 0.3 g	KJ 113 ges.Fs 0.4 g Bst 1.3 g Kcal 26 KH 3.2 g E 1.2 g F 1.0 g Zucker 3.1 g Salz 0.4 g	KJ 55 ges.Fs 0.1 g Bst 0.6 g Kcal 13 KH 1.9 g E 0.7 g F 0.1 g Zucker 1.3 g Salz 1.1 g	KJ 66 ges.Fs 0.0 g Bst 1.7 g Kcal 15 KH 2.4 g E 0.9 g F 0.2 g Zucker 2.1 g Salz 0.0 g	KJ 101 ges.Fs 0.1 g Bst 1.2 g Kcal 23 KH 2.6 g E 0.9 g F 1.0 g Zucker 2.5 g Salz 0.6 g
	Schweineschnitzel mit Erbsen-Möhren in Rahm und Röstkartoffeln 4, 24, 18a 	Soljanka mit Bauernbaguette 1, 2, 4, 5, 6, 12, 26, 18a 	veg. Nudelaufauf 20, 24, 18a 	Gemüsebratreis 1, 23, 18a  	Kohlroulade mit Specksoße und Salzkartoffeln 1, 2, 23, 18a, 18c  
KJ 368 ges.Fs 1.6 g Bst 2.5 g Kcal 88 KH 9.3 g E 4.2 g F 3.2 g Zucker 3.2 g Salz 1.1 g	KJ 258 ges.Fs 0.8 g Bst 0.7 g Kcal 61 KH 9.7 g E 2.5 g F 1.3 g Zucker 1.9 g Salz 1.6 g	KJ 797 ges.Fs 6.7 g Bst 0.6 g Kcal 190 KH 11.7 g E 9.9 g F 11.5 g Zucker 1.5 g Salz 0.5 g	KJ 380 ges.Fs 0.1 g Bst 1.4 g Kcal 90 KH 19.1 g E 2.6 g F 0.3 g Zucker 3.8 g Salz 1.4 g	KJ 449 ges.Fs 2.1 g Bst 1.2 g Kcal 107 KH 10.1 g E 4.0 g F 5.4 g Zucker 1.9 g Salz 1.6 g	
Eten 1	Falafel mit Gemüseris und Kräuter-Joghurt-Dip 1, 9, 20, 24, 26, 27, 18a 	Möhren-Kartoffel-Cremesuppe mit Bauernbaguette 4, 24, 26, 18a 			Kartoffel-Gemüse-Pfanne  
	KJ 1,220 ges.Fs 2.3 g Bst 1.9 g Kcal 291 KH 15.5 g E 3.3 g F 23.7 g Zucker 1.6 g Salz 0.9 g	KJ 311 ges.Fs 2.1 g Bst 1.0 g Kcal 74 KH 9.0 g E 1.7 g F 3.4 g Zucker 1.2 g Salz 1.6 g			KJ 491 ges.Fs 1.1 g Bst 1.6 g Kcal 117 KH 10.4 g E 1.8 g F 7.5 g Zucker 1.6 g Salz 0.4 g
Eten 2	Obst  	Vanillequark 24 	Apfel 9 	Käsekuchen ohne Boden 20, 24, 18a 	Grießbrei mit Kirschen 2, 5, 7, 24, 18a 
	KJ 250 ges.Fs 0.0 g Bst 1.3 g Kcal 59 KH 13.4 g E 0.8 g F 0.1 g Zucker 11.6 g Salz 0.0 g	KJ 423 ges.Fs 0.4 g Bst 0.0 g Kcal 100 KH 15.6 g E 7.9 g F 0.8 g Zucker 15.6 g Salz 0.1 g	KJ 233 ges.Fs 0.0 g Bst 1.8 g Kcal 55 KH 13.2 g E 0.3 g F 0.0 g Zucker 12.1 g Salz 0.0 g	KJ 948 ges.Fs 6.7 g Bst 0.1 g Kcal 226 KH 21.6 g E 8.2 g F 11.9 g Zucker 18.7 g Salz 0.2 g	KJ 341 ges.Fs 0.7 g Bst 0.5 g Kcal 81 KH 14.5 g E 2.9 g F 1.2 g Zucker 10.5 g Salz 0.1 g
Naeten					

Deklarationspflichtige Allergene
18. Gluten; 24. Milch; 18a. Weizen und Weizenerzeugnisse (wie Dinkel & Khorasan-Weizen; 20. Ei; 23. Soja; 26. Sellerie; 27. Senf; 29. Schwefeldioxid und Sulfite; 18c. Gerste;

Deklarationspflichtige Zusatzstoffe
1. mit Konservierungsstoff; 2. mit Antioxidationsmittel; 4. mit Farbstoff; 5. mit einer Zuckerart u. Süßungsmittel; 6. mit Zucker(n) und Süßungsmittel(n); 7. enthält eine Phenylalaninquelle; 9. gewachst; 10. geschwefelt; 12. mit Phosphat;

In unserer Küche werden alle Arten von Lebensmitteln und somit auch Allergene verarbeitet. Trotz aller Vorsichtsmaßnahmen kann ein Übergang von Spuren dieser Stoffe auf andere Lebensmittel nicht vollkommen ausgeschlossen werden.

Kürzel der Nährwerte
KJ: Energie KJ; Kcal: Energie Kcal; F: Fett; ges.Fs:davon gesättigte Fettsäuren; KH: Kohlenhydrate; Zucker: davon Zucker; Bst: Ballaststoffe; E: Eiweiß; Salz: Salz;

Nährwertkennzeichnung je 100 g oder je 100 ml zubereitetes Produkt.
Änderungen vorbehalten.

 = vegan  = vegetarisch  = Schwein  = Rind