

Menü 1

Montag 21.09



Milde Käsespätzle  
Salat  
Pudding

1418,0kJ/338,0kcal, Fett 16,2g, gesättigte Fettsäuren 8,0g, Kohlenhydrate 34,2g, Zucker 4,2g, Ballaststoffe 3,0g, Eiweiß 11,8g, Salz 2,92g

Dienstag 22.09



Bio Tomatensuppe; mit  
Reis  
Brötchen  
Fruchtquark

529,0kJ/124,0kcal, Fett 1,1g, gesättigte Fettsäuren 0,3g, Kohlenhydrate 24,3g, Zucker 9,4g, Ballaststoffe 2,2g, Eiweiß 3,2g, Salz 2,16g

Mittwoch 23.09



Geflügel-Currywurst; in  
milder Tomatensoße  
Pommes frites  
Rohkost

1456,0kJ/349,0kcal, Fett 17,0g, gesättigte Fettsäuren 4,4g, Kohlenhydrate 36,5g, Zucker 6,2g, Ballaststoffe 4,2g, Eiweiß 10,2g, Salz 1,49g

Donnerstag 24.09



Hähnchenfilets "Fresh  
kick"; in heller Soße  
Bandnudeln  
Fruchtmilch

1399,0kJ/333,0kcal, Fett 11,4g, gesättigte Fettsäuren 3,1g, Kohlenhydrate 35,4g, Zucker 2,2g, Ballaststoffe 3,0g, Eiweiß 20,4g, Salz 2,74g

Freitag 25.09

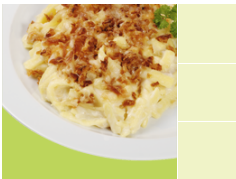


Alaska-Seelachsschnitte  
in Zitronen-Kräuter-  
rahmsoße; aus nachhal-  
tiger Fischwirtschaft  
Bio Basmatireis  
(...)

1270,0kJ/300,0kcal, Fett 3,4g, gesättigte Fettsäuren 1,8g, Kohlenhydrate 51,1g, Zucker 2,4g, Ballaststoffe 1,0g, Eiweiß 15,8g, Salz 0,65g

Menü 2

Montag 21.09



Milde Käsespätzle  
Salat  
Pudding

1871,0kJ/446,0kcal, Fett 21,4g, gesättigte Fettsäuren 10,6g, Kohlenhydrate 45,2g, Zucker 5,6g, Ballaststoffe 4,0g, Eiweiß 15,5g, Salz 3,86g

Dienstag 22.09



Tomatensuppe mit Reis  
Mini-Brötchen-Mix  
Fruchtquark

338,0kJ/80,0kcal, Fett 1,0g, gesättigte Fettsäuren 0,2g, Kohlenhydrate 14,4g, Zucker 0,4g, Eiweiß 2,9g, Salz 0,45g, Ballaststoffe 1,0g

Mittwoch 23.09



Geflügel-Currywurst; in  
milder Tomatensoße  
Pommes frites  
Rohkost

1456,0kJ/349,0kcal, Fett 17,0g, gesättigte Fettsäuren 4,4g, Kohlenhydrate 36,5g, Zucker 6,2g, Ballaststoffe 4,2g, Eiweiß 10,2g, Salz 1,49g

Donnerstag 24.09



Hähnchenfilets "Fresh  
kick"; in heller Soße  
Bandnudeln  
Fruchtmilch

1696,0kJ/404,0kcal, Fett 13,8g, gesättigte Fettsäuren 3,7g, Kohlenhydrate 42,8g, Zucker 2,7g, Ballaststoffe 3,5g, Eiweiß 24,9g, Salz 3,32g

Freitag 25.09



Alaska-Seelachsschnitte  
in Zitronen-Kräuter-  
rahmsoße; aus nachhal-  
tiger Fischwirtschaft  
Bio Basmatireis  
(...)

1270,0kJ/300,0kcal, Fett 3,4g, gesättigte Fettsäuren 1,8g, Kohlenhydrate 51,1g, Zucker 2,4g, Ballaststoffe 1,0g, Eiweiß 15,8g, Salz 0,65g