

KW
45**Speiseplan EaR**
02.11.2020-08.11.2020**Name:****Anschrift:**

Gericht 1

X

Gericht 2

X

Dessert

Mo**02.11.**Wirsing Eintopf mit
Schweinefleisch
452 Kcal/ 27 E

a,o

Möhreneintopf mit
Fleischklößchen
451 Kcal/ 25 E2, c
aPudding mit
Erdbeergeschmack
148 Kcal/ 4,8 E1, g,
f, h**Di****03.11.**Schweineleber in
Zwiebelsoße, Kartoffelpüree
482 Kcal/ 32 E2,4
a,3Quarkauflauf mit Früchten,
Dessertsoße
430 Kcal/ 21,6 E

g, c

Wassermelone

ca. 100 Kcal**Mi****04.11.**Hackbraten, Erbsen-Möhren,
Kartoffelpüree
472 Kcal/ 32 E2, a,
3, g
cFischfilet, Gurken- Dillsoße,
Kartoffeln
419 Kcal / 27 E2, d,
a, 4,
3Götterspeise mit
Dessertsoße
140 Kcal/ 2,8 E

1, g,

Do**05.11.**Tafelspitz,
Meerrettichsoße,
Böhmische Knödel, Salat
497 Kcal/ 31 E2,3
g,aHähnchen-Gemüsepfanne mit
Spätzle
476 Kcal/ 26 E

a, c

Cremedessert

123 Kcal/ 3,6 E

1, g

Fr**06.11.**Knusperfischfilet "Tomate"
Kräutersoße, Kartoffeln
512 Kcal / 24,4 Ea,
o, d
i, g
3Kartoffeln, Kräuterquark,
Leberwurst
507 Kcal/ 32 Ea, g
2,3
8,7frisches Obst

ca. 100 Kcal**Sa****07.11.**Tagessuppe
Eierkuchen
551 Kcal/ 24 Eg,c
aPikante Nierchen,
Kartoffelpüree
420 Kcal/ 18 E2, 3,
g,Fruchtkaltschale

53 Kcal/ 2,1 E1,3
g,a
c,f**So.****08.11.**Pilzpfanne mit
Semmelknödeln, Krautsalat
522 Kcal / 33 E2, g
3, aPutengulasch mit
Klößen
528 Kcal/ 34 Ea,2,3
mGrießflammerie mit
Himbeersauce
158 Kcal / 5,4 E

g

Legende Allergene: a: Glutenhaltiges Getreide b:Krebstiere c: Eier d: Fisch e: Erdnüsse f: Soja g: Milch h: Schalenfrüchte i: Sellerie j: Senf k: Sesam l: Schwefeldioxid, Sulfit m: Lupine n: Weichtiere
o: Weizenerzeugnisse, p: Dinkelerzeugnisse, q: Roggenerzeugnisse, h16Mandeln, h17 Haselnüsse, h18 Walnüsse, h19 Cashewnüsse, h20 Pecanüsse, h21 Paranüsse, h22 Pistazie, h23 Maccadamianüsse**Zusatzstoffe:** 1 Farbstoffe 2 Konservierungsmittel 3 Antioxidantien 4 Geschmacksverstärker 5 geschwärzt 6 Süßungsmittel 7 Phosphat