

KW 48		Speiseplan EaR 27.11.2023-03.12.2023					Name: Anschrift:	
			X	Gericht 2		X	Dessert	
Mo 27.11.	Schlachtesuppe dazu Schweinefleisch 423 Kcal/ 21 E	2, a		Grünkohleintopf, Vollkornbrot Mettscheiben 452 Kcal/ 23,4 E	4, a 2		Pudding mit Sahnegeschmack 148 Kcal/ 4,8 E	1, g, f, h
Di 28.11.	Cordon bleu vom Schwein Karottengemüse, Kartoffeln 484 Kcal 7 35 E	2, a, 4, 3		Gemüselasagne 498 Kcal/ 27 E	a, g 1, 2		Birnenkompott 70 Kcal	
Mi 29.11.	Chili Con Carne , Reis 489 Kcal / 29 E	a, c h i, j		Italienisches Fischragout, Reis 483 Kcal/ 27,6 E			Donut 152 Kcal/5,4E	a, c h
Do 30.11.	Kasselerbraten, Grünkohl, Kartoffeln 587 Kcal/ 36 E	2, 4, a		Blumenkohl-Käse-Medaillon, Kräutersoße, Kartoffeln 398 Kcal/ 26 E	c, a 3		Fruchtcocktail 125 Kcal/ 4,9 E	
Fr 01.12.	gebackenes Fischfilet Süßkartoffelpüree Buttersoße 513 Kcal/ 34 E			Spätzle-Gemüsepfanne mit Schinken-Sahnesoße 427 Kcal / 31 E	a, c g		frisches Obst ca. 100 Kcal	3
Sa 02.12.	Krautpfanne mit Gehacktes, Kartoffeln 487 Kcal/ 31 E	a, 3		Leberknödel, Rotweinsauce, Kartoffelpüree 472 Kcal / 32 E			Karamellisierte Apfelspalten 70 Kcal	
So. 03.12.	Sauerbraten, Rotkohl, Klöße 587 Kcal/ 36 E	2, 4, a		gefüllte Hähnchenroulade Gemüse und Klöße 484 Kcal 7 35 E	2, a, 4, 3		Schwarzwälder Kirschcreme 148 Kcal / 4,8 E	1, g f, h