

Speiseplan für die Woche vom

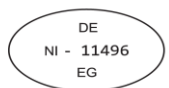
Montag, 2. August 2021

bis

Freitag, 6. August 2021

31. Woche	Menü 1		Menü 2			
Montag, 2. August 2021	Schweinerückensteak mit Schwenkkartoffeln, Pfannengemüse und Kräuterquark	S,6,7,9,10	vegetarischer Bohnenstampf	v,1,1,1,6,9,10		
	Obst		Obst			
Dienstag, 3. August 2021	Rindfleischsuppe mit Einlage und einem Partybrötchen	R,,,1,1,3,6,7,9,10	Penne al arrabiata (Paprika Tomaten Sauce)	v,1,1,1,3,6,9,10		
	Salat		Salat			
Mittwoch, 4. August 2021	Hähnchenschnitzel mit Blumenkohl Kartoffel Auflauf	G,1,1,1,6,7,9,10	American Pancake mit Karamelsahnesauce	V,1,1,1,7		
	Fruchtjoghurt		Fruchtjoghurt			
Donnerstag, 5. August 2021	Spießbraten mit Bratensauce Kartoffeln, Erbsen und möhren gemüse	S,1,1,1,6,7,8,9,10	Kartoffelaufwurf mit Möhren und Pastinaken	V,1,1,1,7,9,10		
	Farmersalat		Farmersalat			
Freitag, 6. August 2021	Backfischstick mit Kartoffelstampf und Remouladensauce	F,1,1,1,3,4,6,7,9,10	Gnoccipfanne mit buntem Pfannengemüse in Sauce	v,1,1,1,3,6,7,9,10		
	Pudding		Pudding			

	Nährwertangaben pro 100 Gramm		Zusatzstoffe	Stoffe die Allergien oder Unverträglichkeiten auslösen können				
V = vegetarisch								
R = Rindfleisch	Kcal = Menge an Kilokalorien	GZ = Zucker in Gramm	a. mit Farbstoff	1. Glutenhaltiges Getreidesowie daraus hergestellte Erz.		6. Sojabohnen oder daraus gewonnene Erzeugnisse		10. Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse
S = Schweinefleisch	BE = Menge an Proteineinheiten	Ei = Eiweiß in Gramm	b. mit Konservierungsstoff	1.1 Weizen	1.4 Hafer	7. Milch oder daraus gewonnene Erzeugnisse incl. Laktose		11. Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse
R,S = Rind und Schweinefleisch	FE = Fett in mg	Na = Salz in mg	c. mit Antioxidationsmittel	1.2 Roggen	1.5 Dinkel	8. Schalenfrüchte oder daraus gewonnene Erzeugnisse		12. Schwefeldioxid/Sulphite von mehr als 10 mg/kg
G = Geflügel	Feg = gesättigte Fettsäuren mg		d. mit Geschmacksverstärker	1.3 Gerste	1.6 Kamut	8.1 Mandeln	8.5 Pecannüsse	13. Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse
F = Fisch	Kh = Kohlenhydrate in Gramm	mg = Milligramm	e. geschwefelt	2. Krebstiere oder daraus hergestellte Erzeugnisse		8.2 Haselnüsse		14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse
			f. geschwärzt	3. Eier oder daraus gewonnene Erzeugnisse		8.3 Walnüsse		
			g. gewachst	4. Fische oder daraus gewonnene Erzeugnisse		8.4 Kaschunüsse		8.8 Macadamia/Queenland
			h. mit Süßungsmittel	5. Erdnüsse oder daraus gewonnene Erzeugnisse		9. Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse		Empfehlung einer ausgeglichenen Ernährung nach den D-A-CH Referenzwerten
			i. mit Phosphat					



Bankverbindung:
 Sparkasse LeerWittmund
 IBAN: DE23 2855 0000 0000 8047 57
 Swift-BIC: BRLADE21LER

Änderungen vorbehalten

