

# Guten Appetit!

	<b>Menü I</b>	<b>Menü II</b>
<b>MO</b> 30.07.2018	Ochenschwanzsuppe <b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b> <b>Juliennerahmgemüse</b> <b>Bunter Reis</b>	Ochenschwanzsuppe <b>Gemüseauflauf</b> <b>Kräutersauce</b>
	Quarkspeise mit Heidelbeeren	Quarkspeise mit Heidelbeeren
<b>DI</b> 31.07.2018	Markklößchensuppe <b>Pannfisch</b> <b>Senfsauce</b> <b>Petersilienkartoffeln</b> <b>Möhrensalat mit Äpfeln</b> Birnenkompott	Markklößchensuppe <b>Grießbrei</b> <b>Blaubeersauce</b>
		Birnenkompott
<b>MI</b> 01.08.2018	<b>Currywurst</b> <b>Pommes frites</b> <b>Weißkrautsalat</b>	<b>Kohlrabieintopf mit Hühnerfleisch</b> <b>Mischbrot</b>
	Erdbeerpudding	Erdbeerpudding
<b>DO</b> 02.08.2018	Blumenkohlcremesuppe <b>Schweinegeschnetzelt</b> <b>Buttererbsen</b> <b>Salzkartoffeln</b>	Blumenkohlcremesuppe <b>Frühlingsrolle mit Hühnerfleisch</b> <b>Leichte Currysauce</b> <b>Bunter Reis mit Gemüsestreifen</b> <b>Gurkensalat</b>
	Ananaskompott	Ananaskompott
<b>FR</b> 03.08.2018	Gemüsebouillon <b>Matjesfilets nach Hausfrauenart</b> <b>Salzkartoffeln</b> <b>Frühlingssalat mit Kräuterdressing</b>	Gemüsebouillon <b>Gekochte Eier</b> <b>Senfsauce</b> <b>Möhrengemüse</b> <b>Salzkartoffeln</b>
	Fruchtjoghurtdessert	Fruchtjoghurtdessert
<b>SA</b> 04.08.2018	<b>Mexikanischer Bohneneintopf mit Hackfleisch</b>	<b>Nudel-Eintopf mit Hühnerfleisch</b> <b>Mischbrot</b>
	Mandarinenquarkspeise	Mandarinenquarkspeise
<b>SO</b> 05.08.2018	Rinderbrühe mit Eierstich <b>Cordon Bleu vom Hähnchen</b> <b>Bechamelsauce</b> <b>Broccoli</b> <b>Salzkartoffeln</b> Fruchteisdessert	Rinderbrühe mit Eierstich <b>Cordon Bleu vom Hähnchen</b> <b>Bechamelsauce</b> <b>Schonkostgemüse</b> <b>Salzkartoffeln</b> Fruchteisdessert

# Gut zu wissen...

Menü I	Nährwerte		enthält Zusatzstoffe & Allergene	Menü II	Nährwerte		enthält Zusatzstoffe & Allergene
	Kcal	BE			Kcal	BE	
Ochsenschwanzsuppe	13	0,0	a1,a	Ochsenschwanzsuppe	13	0,0	a1,a
Paniertes Hähnchenschnitzel	361	2,1	a1,a	Gemüseauflauf	272	2,3	a1,a,b
Juliennerahmgemüse	149	1,0	a1,a,e,b	Kräutersauce	153	0,9	a1,a,b
Bunter Reis	55	1,0		Quarkspeise mit Heidelbeeren	104	1,0	b
Quarkspeise mit Heidelbeeren	104	1,0	b				
	<b>681</b>	<b>5,1</b>			<b>541</b>	<b>4,2</b>	
Markklößchensuppe	79	0,5	a1,a,c,e,b	Markklößchensuppe	79	0,5	a1,a,c,e,b
Pannfisch	210	0,6	a1,2,a,c,l	Grießbrei	465	6,4	a1,a,b
Senfsauce	152	1,0	a1,a,d,b	Blaubeersauce	64	1,2	4,b
Petersilienkartoffeln	116	2,1		Birnenkompott	76	1,5	
Möhrensalat mit Äpfeln	86	1,6	9				
Birnenkompott	76	1,5					
	<b>717</b>	<b>7,2</b>			<b>684</b>	<b>9,6</b>	
Currywurst	308	0,7	1,2,6,12,e,d,b	Kohlrabieintopf mit Hühnerfleisch	242	1,7	3,e,b
Pommes frites	126	2,2	3	Mischbrot	101	1,7	a1,a2,a,i
Weißkrautsalat	48	0,5	f	Erdbeerpudding	127	2,0	4,a,c,j,m,b
Erdbeerpudding	127	2,0	4,a,c,j,m,b				
	<b>608</b>	<b>5,3</b>			<b>470</b>	<b>5,4</b>	
Blumenkohlcremesuppe	58	0,5	a1,3,a,e,b	Blumenkohlcremesuppe	58	0,5	a1,3,a,e,b
Schweinegeschnetzeltes	335	0,5	a1,4,a,b	Frühlingsrolle mit Hühnerfleisch	354	2,3	a1,a,c,j,e,b
Buttererbsen	122	1,1	3,e,b	Leichte Currysauce	103	0,9	a1,3,a,e,b
Salzkartoffeln	108	1,9		Bunter Reis mit Gemüsestreifen	137	2,5	e
Ananaskompott	105	2,1	f	Gurkensalat	72	0,4	f
	<b>728</b>	<b>6,0</b>		Ananaskompott	105	2,1	f
					<b>829</b>	<b>8,7</b>	
Gemüsebouillon	9	0,1	e	Gemüsebouillon	9	0,1	e
Nordsee Matjesfilets nach Salzkartoffeln	551	0,5	1,4,5,9,l,d,b	Gekochte Eier	159	0,2	c
Frühlingssalat mit Fruchtojoghurtdessert	124	2,2		Senfsauce	65	0,4	a1,3,4,a,e,d,b
	65	0,2	2,f	Möhrengemüse	91	0,8	3,e,b
	127	1,6	b	Salzkartoffeln	108	1,9	
	<b>875</b>	<b>4,6</b>		Fruchtojoghurtdessert	127	1,6	b
					<b>559</b>	<b>5,0</b>	
Mexikanischer Bohneneintopf mit Mandarinenquarkspeise	214	1,4	j,e	Nudel-Eintopf mit Hühnerfleisch	420	2,1	3,a,j,e,b
	145	1,7	b	Mischbrot	101	1,7	a1,a2,a,i
				Mandarinenquarkspeise	145	1,7	b
	<b>359</b>	<b>3,1</b>			<b>666</b>	<b>5,5</b>	
Rinderbrühe mit Eierstich	26	0,1	c,e,b	Rinderbrühe mit Eierstich	26	0,1	c,e,b
Cordon Bleu vom Hähnchen	280	0,7	1,a1,a3,4,12,a,b	Cordon Bleu vom Hähnchen	280	0,7	1,a1,a3,4,12,a,b
Bechamelsauce	108	0,8	a1,a,b	Bechamelsauce	108	0,8	a1,a,b
Broccoli	41	0,3		Schonkostgemüse	92	0,6	3,e,b
Salzkartoffeln	117	2,1		Salzkartoffeln	117	2,1	
Fruchteisdessert	156	1,4	4,b	Fruchteisdessert	156	1,4	4,b
	<b>728</b>	<b>5,3</b>			<b>779</b>	<b>5,6</b>	

1) Konservierungsstoff, 2) Antioxidationsmittel, 3) Geschmacksverstärker, 4) Farbstoff, 5) mit Süßungsmittel/n, 6) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, 7) enthält eine Phenylalaninquelle, 8) kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 9) gewachst, 10) geschwefelt, 11) geschwärzt, 12) mit Phosphat, 13) chininhaltig, 14) Kochsalzersatz, 15) bestrahlt, 16) Nitrat, Nitritpökelsalz, 17) erhöhter Koffeingehalt, 18) gentechnisch verändert, 19) enthält Süßholzwurzeln, 20) beeinträchtigt Aufmerksamkeit 21) mit zugesetzten Pflanzensterinen 22) vermeiden bei erhöhtem Blutdruck, a) Gluten, a1) Weizen, Dinkel, Khorasan-Weizen, a2) Roggen, a3) Gerste, a4) Hafer, b) Milch, c) Eier, d) Senf, e) Sellerie, f) Schwefel, g) Weichtiere, h) Lupine, i) Sesam, j) Soja, k) Krebstiere, l) Fisch, m) Schalenfrüchte, m1) Haselnüsse, m2) Walnüsse, m3) Kaschunüsse, m4) Pekannüsse, m5) Paranüsse, m6) Macadamia/Queenslandnüsse, m7) Pistazien, m8) Mandeln, n) Erdnüsse