

KW 1		<b>Speiseplan EaR</b> <b>30.12.2024 - 05.01.2025</b>				Name:		
		Gericht 1		X	Gericht 2		X	Dessert
Mo 30.12.	Kartoffelpuffer mit Lauchgemüse 430 Kcal/ 21,6 E	2, g a, c		Gemüsegulasch mit Reis 492 Kcal/ 32 E	2, g, a		Sahnepudding 148 Kcal/ 4,8 E	1, g, f,
Di 31.12.	Linseneintopf mit Wiener Würstchen 423 Kcal/ 21 E	2, a		Italienische Gemüsesuppe 453 Kcal/ 24 E	2, c a		Mirabellenkompott 141Kcal/ 11E	2, 6
Mi 01.01.	Eier mit Senfsoße und Kartoffelpüree dazu rote Beete Salat 367 Kcal/ 28 E	c, 4 a, j g		Fischfilet Finkenwerder Art, Sc.Bernaise, Kartoffeln, Salat 512 Kcal/ 24,4 E	2, d c, g 3		Pfirsichjoghurt 141Kcal/ 11E	1, g f
Do 02.01.	Rostbrätel mit Zwiebelsoße Kartoffelsalat 492 Kcal/ 32 E	a, 3		Milchnudeln 430 Kcal/ 21,6 E	h		Blaubeerragout 132 Kcal / 2,1 E	2, 6
Fr 03.01.	Gebackenes Fischfilet Kräutersoße, Kartoffeln, Salat 512 Kcal/ 24,4 E	2, d c, g 3		Vegetarisch gefüllte Zucchini Tomatensoße und Gnocchi 476 Kcal/ 26 E	a, c g,		frisches Obst 100Kcal	
Sa 04.01.	Wirsingroulade mit Salzkartoffeln 476 Kcal / 35 E	2, 3 g a		Reispfanne mit Chinagemüse und Hähnchenstreifen 476 Kcal/ 26 E			Schokocreme 152 Kcal / 5,4 E	1, g, f,
So. 05.01.	gemischter Braten mit Schmorbohnen und Klößen 476 Kcal / 35 E	2, 3 g a		Putengulasch mit Klößen 481 Kcal/31 E	2,a 3,g		Joghurt "Bircher Müsli" 152 Kcal / 5,4 E	1, g, f,

**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, Sulfid 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

Telefonnr 03682 46001597

Änderungen vorbehalten !