

16.11.-20.11.20

Montag 16.11



Geflügel-Currywurst; in milder Tomatensoße
 Veggie-Currywurst; aus Soja und Weizen; in milder Tomatensoße
 Steakhouse frites
 Rohkost / Obst

2265,0kJ/540,0kcal, Fett 23,3g, gesättigte Fettsäuren 6,9g, Kohlenhydrate 58,4g, Zucker 18,0g, Ballaststoffe 5,0g, Eiweiß 21,9g, Salz 3,65g
 Sn, G, G1, Ei, (E), Sb

Dienstag 17.11



Lasagne Bolognese mit Rindfleisch
 Gemüse-Lasagne à la Italia
 Gurkensalat in Rahmsoße
 Rohkost / Obst

3175,0kJ/756,0kcal, Fett 31,0g, gesättigte Fettsäuren 12,2g, Kohlenhydrate 81,9g, Zucker 20,1g, Ballaststoffe 7,9g, Eiweiß 33,3g, Salz 6,13g
 G, G1, Ei, M, Me, La, S

Mittwoch 18.11



Hähnchenfleisch in milder Tomatensoße
 Veggie-Geschnetzeltes aus Soja; in Soße
 Langkornreis
 Erbsen und Möhren "naturell"
 Rohkost / Obst

1357,0kJ/325,0kcal, Fett 9,6g, gesättigte Fettsäuren 1,2g, Kohlenhydrate 29,7g, Zucker 13,7g, Ballaststoffe 7,4g, Eiweiß 24,8g, Salz 3,75g
 G, G1, Ei, Sb

Donnerstag 19.11



Knusprig paniertes Dorsch; aus nachhaltiger Fischwirtschaft
 Röstkartoffeln
 Buntes Gartengemüse "naturell"
 Senfsoße
 Rohkost / Obst

2009,0kJ/481,0kcal, Fett 20,3g, gesättigte Fettsäuren 3,6g, Kohlenhydrate 52,9g, Zucker 5,4g, Ballaststoffe 6,7g, Eiweiß 16,9g, Salz 3,34g
 G, G1, Fi, M, Me, La, S, Sn

Freitag 20.11



Erbsensuppe "vegetarisch"
 Reiseintopf "Mecklenburger Art"; mit Huhnfleisch
 Mini-Brötchen-Mix
 Rohkost / Obst

2298,0kJ/550,0kcal, Fett 10,2g, gesättigte Fettsäuren 2,0g, Kohlenhydrate 73,6g, Zucker 6,0g, Ballaststoffe 13,9g, Eiweiß 32,7g, Salz 7,45g
 S, G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se

Guten
 Appetit!