

KW45	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Beilagen zu den Menüs
Montag, 4. November 2024	<b>Schnitzel vom Schwein mit Rahmsauce und Salzkartoffeln</b> & f w i j a 8 g a g 1 a 1 N: 103.34 kcal F: 4.15 g GF: 0.81 g C: 11.19 g Z: 0.91 g P: 5.01 g S: 0.93 g B: 0.93 BE	<b>Gefüllte Tortellini mit Rindfleisch dazu Tomaten-Sahnesauce</b> ψ f 2 i c j z f a 8 g a g 1 a 1 N: 161.50 kcal F: 2.62 g GF: 0.80 g C: 27.50 g Z: 2.33 g P: 6.31 g S: 0.68 g B: 2.29 BE	<b>Vegetarischer Bohnenstampf</b> ∇ ∞ i c j y a 8 g a g 1 a 1 N: 67.63 kcal F: 1.47 g GF: 0.55 g C: 11.04 g Z: 1.55 g P: 2.20 g S: 0.48 g B: 0.92 BE	<b>Obst</b> ∇ ∞ N: 67.51 kcal F: 0.17 g GF: 0.10 g C: 15.58 g Z: 12.59 g P: 0.65 g S: 0.00 g B: 1.30 BE
Dienstag, 5. November 2024	<b>Hähnchenbrust Natur mit Kartoffel-Spinat-Auflauf</b> ♦ f i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 181.30 kcal F: 14.11 g GF: 5.07 g C: 5.87 g Z: 1.20 g P: 7.76 g S: 0.90 g B: 0.49 BE	<b>Dicke Bohnen in Rahm dazu Salzkartoffeln</b> ∇ f i c j y a 8 g a g 1 a 1 N: 92.35 kcal F: 2.46 g GF: 1.08 g C: 14.29 g Z: 2.06 g P: 2.84 g S: 0.91 g B: 1.19 BE	<b>Dinkel-Nudeln mit Tomatensauce</b> ∇ 2 i a 6 c j z f a 8 g a g 1 a 1 N: 91.20 kcal F: 0.96 g GF: 0.25 g C: 16.96 g Z: 1.71 g P: 3.22 g S: 0.81 g B: 1.41 BE	<b>Paprika Sticks zum selber schneiden</b> ∇ ∞ N: 18.87 kcal F: 0.24 g GF: 0.04 g C: 2.91 g Z: 2.45 g P: 1.08 g S: 0.00 g B: 0.24 BE
Mittwoch, 6. November 2024	<b>Vegetarisches Nasi Goreng (Bunte Gemüse Reis Pfanne)</b> ∇ ∞ i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 80.21 kcal F: 0.62 g GF: 0.38 g C: 16.44 g Z: 1.66 g P: 1.92 g S: 1.95 g B: 1.37 BE	<b>Überbackener Nudelauf mit Paprika und Möhren in einer Tomatensauce</b> ∇ f 2 i c j z f a 8 g a g 1 a 1 N: 86.34 kcal F: 2.97 g GF: 1.70 g C: 11.11 g Z: 3.28 g P: 3.44 g S: 1.60 g B: 0.92 BE	<b>Seelachs Müllerin mit kleinen Kartoffeln, Erbsen und Möhren Gemüse und Veloutesauce</b> f i c j z a 8 g d a g 1 a 1 N: 83.00 kcal F: 2.45 g GF: 0.84 g C: 8.36 g Z: 1.25 g P: 6.46 g S: 1.03 g B: 0.70 BE	<b>Obst</b> ∇ ∞ N: 67.51 kcal F: 0.17 g GF: 0.10 g C: 15.58 g Z: 12.59 g P: 0.65 g S: 0.00 g B: 1.30 BE
Donnerstag, 7. November 2024	<b>Putenragout mit Paprikastreifen, Tomatenwürfel, Pilze dazu Salzkartoffeln</b> ♦ i c z a 8 g a g 1 a 1 N: 71.26 kcal F: 0.71 g GF: 0.20 g C: 9.27 g Z: 1.55 g P: 6.52 g S: 0.95 g B: 0.77 BE	<b>Linsensuppe mit Kartoffeln, Speckwürfel und Mettenden</b> & ψ w 2 3 8 15 i j y N: 80.75 kcal F: 4.93 g GF: 1.43 g C 5.02 g Z: 1.18 g P: 4.08 g S: 0.76 g B: 0.42 BE	<b>Kürbis - Gnocchi Auflauf in einer hellen Sauce und Fetakäse überbacken</b> ∇ i c j m k f a 8 g a g 1 a 1 N: 199.05 kcal F: 10.81 g GF: 7.55 g C: 17.41 g Z: 1.70 g P: 7.69 g S: 1.54 g B: 1.45 BE	<b>Salat Mix mit Cocktail Dressing</b> ∇ f 3 1 11 9 c j z a 8 g a g 1 a 1 N: 85.18 kcal F: 5.97 g GF: 0.70 g C: 5.66 g Z: 5.02 g P: 1.77 g S: 0.46 g B: 0.47 BE
Freitag, 8. November 2024	<b>Champignon Creme Suppe mit einem Partybrötchen</b> ∇ f a 3 i a 6 c j f a 8 g a g 1 a 1 N: 51.36 kcal F: 1.32 g GF: 0.61 g C: 7.44 g Z: 1.16 g P: 2.25 g S: 0.42 g B: 0.61 BE	<b>Backfisch mit Kartoffelstampf und Remoulade</b> f c j g d a g 1 a 1 N: 195.44 kcal F: 12.42 g GF: 2.08 g C: 15.13 g Z: 1.63 g P: 5.67 g S: 0.73 g B: 1.26 BE	<b>American Pancake mit Kirsch Kompott</b> ∇ f c z a 8 g a g 1 a 1 N: 250.17 kcal F: 7.69 g GF: 1.23 g C: 38.99 g Z: 15.42 g P: 5.53 g S: 0.43 g B: 3.25 BE	<b>Pudding</b> ∇ f g g 1 N: 131.79 kcal F: 6.02 g GF: 3.80 g C: 15.98 g Z: 12.98 g P: 2.82 g S: 0.22 g B: 1.33 BE



Registrierungsnummer: A1210011

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

Nährwertangaben pro 100g:	N: Brennwert,	F: Fett,	GF: davon gesättigte Fettsäuren,	C: Kohlenhydrate,	Z: davon Zucker,	P: Eiweiß,	S: Salz,	B: Proteinheit
<b>Allergene Inhaltsstoffe</b>								
<b>a Gluten a1 Weizen a3 Gerste (Malz) a6 Dinkel/ Grünkern a8 Hybridstämme (Gluten) a9</b>								
sonstige Weizenarten c Eier d Fisch f Soja g Milch und Milcherzeugnisse								
g1 Milcheiweiß h3 Walnuss								
i Sellerie j Senf t Schalenfrucht y Hülsenfrucht z Zitrusfrucht								
<b>Zusatzstoffe</b>								
2 mit Konservierungsstoffen 3 mit Antioxidationsmittel								
8 mit Phosphat 15 Nitrat/Nitrit								
<b>Eigenschaften</b>								
▲ Geflügel								
ω Schweinefleisch								
ψ Rindfleisch								
ω ψ Schweine und Rindfleisch gemischt								
d Fisch								
∇ Vegetarisch								
∞ Vegan								
♦ Halal								
& Muskelfleisch								
f Laktose								
æ Knoblauch								