



WOCHE 2

11.09.2017

bis

15.09.2017

| | | | Energie | Protein | Fett | Kohle- hydrate | Ballast- stoffe |
|-------------------|--|-------------------|---------|---------|------|-------------------|--------------------|
| MONTAG | | | | | | | |
| SUPPE | Mischgemüsesuppe (Wirsing, Blattkohl und Karroten) | | 111,6 | 3,8 | 16,5 | 3,4 | 0,3 |
| FLEISCH | Putenschenkel en Papillote mit Spaghetti | (1,3,5,7,9,10,12) | 462,9 | 59,9 | 37,8 | 7,8 | 0,7 |
| FISCH | Gekochter Leng mit gekochten Kartoffeln | 4 | 359,3 | 36,0 | 51,8 | 0,2 | 0,9 |
| VEGETARISCH | Gratinierte Zucchini mit gekochtem Gemüse | 7 | 102,9 | 10,9 | 5,0 | 3,9 | 0,9 |
| DIENSTAG | | | | | | | |
| SUPPE | Karottencremesuppe | | 100,0 | 2,2 | 15,6 | 3,2 | 0,3 |
| FLEISCH | Geschmortes Schweinefleisch mit Reis | | 489,1 | 40,2 | 49,5 | 13,9 | 0,6 |
| FISCH | Scholle auf Müllerin-Art mit Kartoffelpüree | (1,3,4,5,6,7) | 640,0 | 40,6 | 54,1 | 28,4 | 1,7 |
| VEGETARISCH | Bohnen-Burger mit Couscous-Nudeln | (1,3,7) | 522,9 | 23,8 | 89,4 | 6,9 | 0,7 |
| MITTWOCH | | | | | | | |
| SUPPE | Wirsingsuppe | | 101,2 | 2,9 | 15,1 | 3,2 | 0,3 |
| FLEISCH | Brathähnchen mit Reis | | 510,6 | 54,6 | 47,5 | 10,7 | 0,8 |
| FISCH | Gebackener Schellfisch mit Karotten-Kartoffelpüree | (3,4,5,6,7) | 628,8 | 39,3 | 58,3 | 25,0 | 1,3 |
| VEGETARISCH | Dicke Bohnen-Eintopf | | 123,7 | 9,3 | 12,1 | 4,2 | 0,2 |
| DONNERSTAG | | | | | | | |
| SUPPE | Lauchcremesuppe | | 107,7 | 3,0 | 16,3 | 3,4 | 0,3 |
| FLEISCH | Schweinschnitzel mit Fusilli | (1,3,7) | 180,5 | 7,0 | 33,8 | 1,6 | 0,4 |
| FISCH | „Meia Desfeita de Bacalhau“ (Stockfisch, Kichererbsen, Kartoffeln u. Ei) | 3, 4 | 733,5 | 53,5 | 93,3 | 15,1 | 0,6 |
| VEGETARISCH | Gemüse-Crêpes | (1,3,5,6,7) | 507,4 | 17,7 | 41,4 | 29,7 | 1,2 |
| FREITAG | | | | | | | |
| SUPPE | Pintobohnensuppe mit Wirsing | | 211,2 | 11,7 | 32,1 | 3,8 | 0,3 |
| FLEISCH | Hähnchenbrust mit Käsefüllung und Kartoffelpüree | (7) | 584,7 | 63,6 | 47,5 | 14,3 | 1,4 |
| FISCH | Thunfisch-Bolognese (Spaghetti) | (1,3,4,5,6,7) | 428,4 | 43,6 | 35,8 | 12,1 | 0,6 |
| VEGETARISCH | Gefüllte Paprika | (12) | 43,8 | 1,3 | 2,3 | 3,3 | 0,7 |



Nährwertinformationen auf Grundlage der Tabelle der Lebensmittelzusammensetzungen: INSRI port. Zentrum für Lebensmittel- und Ernährungssicherheit, 2007.

Hinweis 1: Täglich steht als Beilage gemischter Salat zur Verfügung.
Hinweis 2: Der Speiseplan kann aus Qualitätsgründen jederzeit geändert werden.

Legende Allergene: 1- Getreide mit Gluten; 2- Krustentiere; 3- Ei; 4- Fisch; 5- Erdnüsse; 6- Soja; 7- Milch; 8- Schalenfrüchte; Sellerie; 10- Senf; 11- Sesamsamen; 12- Schwefeldioxid und Sulfite; 13- Lupine; 14- Weichtiere.
Für Menschen, die nicht an Lebensmittelallergien oder -unverträglichkeiten leiden, sind diese Substanzen oder Produkte vollkommen harmlos.