


**WOCHE 2**
**22.05.2017**
**bis**
**26.05.2017**

			Energie	Protein	Fett	Kohle- hydrate	Ballast- stoffe
<b>MONTAG</b>							
SUPPE	Mischgemüsesuppe		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 Kartoffeln	-4	359,3	36,0	51,8	0,2	0,9
VEGETARISCH	Dicke Bohnen-Schmortopf		123,7	9,3	12,1	4,2	0,2
<b>DIENSTAG</b>							
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
<b>MITTWOCH</b>							
SUPPE	Wiringsuppe		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	Überbackene Zucchini mit Gemüse	-7	102,9	10,9	5,0	3,9	0,9
<b>DONNERSTAG</b>							
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 mit Karottenreis	(1,3,5,6,7)	507,4	17,7	41,4	29,7	1,2
<b>FREITAG</b>							
SUPPE	Gemüsesuppe (Bohnen 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: INSRJ 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.