



WOCHE 6

19.06.2017

bis

23.06.2017

			Energie	Protein	Fett	Kohle- hydrate	Ballast- stoffe
MONTAG							
SUPPE	Lauchcremesuppe		107,7	3,0	16,3	3,4	0,3
FLEISCH	Schweineschnitzel mit Senfsoße und Spaghetti	(1,3,5,6,7,9,10,12)	388,0	7,0	33,9	24,5	1,2
FISCH	Gebackenes Seehechtfilet mit Bratkartoffeln	(4)	437,9	36,1	53,1	8,4	0,8
VEGETARISCH	Reistorte mit Aubergine	(7)	395,8	15,1	64,7	7,1	0,9
DIENSTAG							
SUPPE	Wiringsuppe mit Wachsbohnen		211,2	11,7	32,1	3,8	0,3
FLEISCH	Geschmorte Hähnchenwürfel in Tomatensoße und Farfalle	(1,3,7)	585,8	62,6	59,6	10,2	0,9
FISCH	Gegrillter Lachs mit Kartoffelpüree	(3,4,5,6,7)	887,4	35,8	54,1	58,0	1,4
VEGETARISCH	Nudeln-und Gemüseauflauf	(1,3,7,12)	360,5	19,5	56,8	5,6	0,8
MITTWOCH							
SUPPE	Mischgemüsesuppe		103,6	2,7	15,7	3,2	0,3
FLEISCH	Hackfleischrolle gefüllt mit Karotte, Reis	(1,3,5,6,7,8,9,10,12)	622,6	48,3	50,5	24,8	1,7
FISCH	Fisch-Nudeleintopf (Gabeldorsch)	(1,3,4,7)	465,9	40,8	56,4	8,0	0,6
VEGETARISCH	Kichererbsen-Tomaten-Eintopf		303,5	15,7	43,1	7,2	0,2
DONNERSTAG							
SUPPE	Brokkolicremesuppe		108,0	3,5	15,5	3,5	0,3
FLEISCH	Hähnchenschenkel mit Fusilli	(1,3,7)	460,4	57,8	35,8	9,1	0,8
FISCH	Gebratener Erbsenreis mit Rotbarsch	(4)	602,5	47,7	74,2	12,0	0,8
VEGETARISCH	Gemüseintopf		247,7	8,5	44,9	3,5	0,3
FREITAG							
SUPPE	Kürbiscremesuppe mit Erbsen		200,4	10,4	32,2	3,7	0,2
FLEISCH	Chilli (Hackfleisch und Bohnen)		370,1	42,7	19,0	13,6	0,5
FISCH	Seehecht „à Brás“	(3,4)	474,0	42,0	52,6	10,0	0,8
VEGETARISCH	Vegetarische Lasagne	(1,3,7)	463,7	15,2	83,3	6,8	0,3



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.