

Datum	Menü 1	Menü 2
Montag 11.12.2017	 Spinatknödel (c,f,a,e) mit Käsesahnesoße (2,f,e), Chinakohl und Frenchdressing (j), Obst der Saison	 Nürnberger Rostbratwürstchen mit Kartoffelpüree (f,e), Rotkohl und Obst der Saison
Dienstag 12.12.2017	 Vegane Nuggets (h) mit Pommes-frites, Ketchup, Bratapfeljoghurt (f,e)	 Bifteki (20,c,f,a,h,e) mit Zaziki (f,e) und Tomatenreis, Bratapfeljoghurt (f,e)
Mittwoch 13.12.2017	 Bunter Gemüseteller mit Sahnesoße (c,f,a,e) und Kartoffel-Cordon bleu (f,c,e), Karamellpudding (f,e)	 Fischstäbchen (c,b) mit Rahmspinat (f,e) und Salzkartoffeln, Karamellpudding (f,e)
Donnerstag 14.12.2017	 Farfalle (c) mit Basilikumsoße (c,f,a,h,e), Rohkost Karotte, Sauerkirsch-Grütze	 Magerer Schweinebraten mit Bratensoße, Kartoffelknödel und Rote Bete (4), Sauerkirsch-Grütze
Freitag 15.12.2017	*** Kein Essen ***	*** Schönes Wochenende ***



Nährwertangaben, Zutaten und Inhaltsstoffe

Datum	Menü 1	Menü 2
Montag	580 kcal, 25 Fett, 68 KH, 20 Eiweiß	682 kcal, 38 Fett, 58 KH, 21 Eiweiß
Dienstag	678 kcal, 22 Fett, 89 KH, 28 Eiweiß	891 kcal, 40 Fett, 87 KH, 29 Eiweiß
Mittwoch	673 kcal, 22 Fett, 85 KH, 29 Eiweiß	611 kcal, 21 Fett, 76 KH, 28 Eiweiß
Donnerstag	621 kcal, 15 Fett, 103 KH, 17 Eiweiß	407 kcal, 3 Fett, 65 KH, 25 Eiweiß
Freitag		

