




Datum	Menü 1	Menü 2
Montag 27.11.2017	 Tortilla Spanischer Kartoffelauflauf (f,a,e,i) mit Chinakohl und Joghurtdressing (f,a,e), Bratapfeljoghurt (f,e)	 Geflügel-Cevapcici (c,f,a,e,j) mit Pommes-frites und Tzaziki (f,e), Chinakohl, Joghurtdressing (f,a,e), Bratapfeljoghurt (f,e)
Dienstag 28.11.2017	 Zwei Semmelknödel (c,a) mit Pilzragout (f,e), Mischsalat und Americandressing (a,j), Pfirsichkompott	 Saftiges Schweinegulasch mit Salzkartoffeln und Rotkohl (3), Pfirsichkompott
Mittwoch 29.11.2017	 Gemüsecremesuppe (c,f,e,i) danach Belgische Waffeln (c,f,a,e) mit Sauerkirschkompott (f,e)	 Schinkennudelauflauf (1,3,5,c,f,e), Rohkost Karotte und Obst der Saison
Donnerstag 30.11.2017	 Farfalle (c) mit Basilikumsoße (c,f,a,h,e), Mischsalat und Joghurtdressing (f,a,e), Obst der Saison	 Kartoffelgemüse (i) mit Bockwurst (1,3,5) und Gewürzgurke (1,4), Obst der Saison
Freitag 01.12.2017	*** Heute kein Essen ***	*** Schönes Wochenende ***

Nährwertangaben, Zutaten und Inhaltsstoffe

Datum	Menü 1	Menü 2
Montag	373 kcal, 15 Fett, 45 KH, 14 Eiweiß	931 kcal, 45 Fett, 89 KH, 44 Eiweiß
Dienstag	476 kcal, 14 Fett, 73 KH, 14 Eiweiß	455 kcal, 7 Fett, 75 KH, 17 Eiweiß
Mittwoch	769 kcal, 38 Fett, 89 KH, 13 Eiweiß	603 kcal, 16 Fett, 84 KH, 26 Eiweiß
Donnerstag	677 kcal, 21 Fett, 101 KH, 19 Eiweiß	527 kcal, 27 Fett, 44 KH, 20 Eiweiß
Freitag		

