

Datum	Menü 1	Menü 2
Montag 10.12.2018	 Blumenkohl-Curry (f,e) ~ Erdnüsse (g) ~ Röstinchen ~ Karotten-Krautsalat mit Mais (3,6,c,a,i,l) ~ Apfelquark (3,f,e)	 Hühnerfrikassee (f,e) ~ Röstinchen ~ Karotten-Krautsalat mit Mais (3,6,c,a,i,l) ~ Apfelquark (3,f,e)
Dienstag 11.12.2018	 Gnocchi (a) ~ Basilikumsoße (c,f,a,e) ~ Chinakohl ~ Joghurt Dressing (f,a,e) ~ Birnenkompott	 Hähnchenschnitzel (c) ~ Pommes Frites ~ Pommesgewürz ~ Rahmsoße (f,e) ~ Erbsen ~ Birnenkompott
Mittwoch 12.12.2018	 Gemüsefrikadelle (c,a) ~ Kohlrabi mit Sahnesoße (c,f,a,e) ~ Salzkartoffeln ~ Obst der Saison	 Rinderfrikadelle (c,a) ~ Kohlrabi mit Sahnesoße (c,f,a,e) ~ Salzkartoffeln ~ Obst der Saison
Donnerstag 13.12.2018	 Klare Brühe mit Fadennudeln (c,a,i) ~ Grießbrei (c,f,e) ~ Zimt und Zucker	 Schweinegulasch ~ Kartoffelknödel ~ Rotkohl ~ Obst der Saison
Freitag 14.12.2018	*** Heute kein Mittagessen ***	*** Wir wünschen ein schönes Wochenende ***

Nährwertangaben, Zutaten und Inhaltsstoffe

Datum	Menü 1	Menü 2
Montag	553 kcal, 22 Fett, 60 KH, 23 Eiweiß	516 kcal, 22 Fett, 47 KH, 30 Eiweiß
Dienstag	618 kcal, 20 Fett, 105 KH, 11 Eiweiß	604 kcal, 13 Fett, 75 KH, 46 Eiweiß
Mittwoch	251 kcal, 8 Fett, 32 KH, 8 Eiweiß	258 kcal, 12 Fett, 21 KH, 13 Eiweiß
Donnerstag	633 kcal, 7 Fett, 121 KH, 20 Eiweiß	477 kcal, 7 Fett, 82 KH, 15 Eiweiß
Freitag		