

KW 11	Anz.	Menü 1	Nährwerte	Anz.	Menü 2	Nährwerte
Montag 11.03.2019		<b>Portion Rührei<sup>(31)</sup></b> mit Rahmspinat <sup>(17,19)</sup> und Kartoffeln *** Obst der Saison	Kcal 266,33 Eiweiß - 19,4g Fett - 12,52g KH 23,6g		<b>Grüne-Bohnen-Eintopf<sup>(22)</sup></b> mit Kartoffelwürfeln und Rauchfleisch <sup>(1,2,6)</sup> *** Obst der Saison	Kcal 188,5 Eiweiß 14,2g Fett 3g KH 10,8g
Dienstag 12.03.2019		<b>Zucchini-Karotten-Puffer<sup>(31)</sup></b> mit Kräutersoße <sup>(17,19)</sup> und Kartoffelpüree <sup>(17,19)</sup> *** Schokoladencreme <sup>(17,19)</sup>	Kcal 418,3 Eiweiß 7,03g Fett 15,75g KH 60,4g		<b>Fleischkäse<sup>(1,2,6)</sup> (Schwein)</b> mit Rahmerbsen <sup>(17,19)</sup> und Kartoffelpüree <sup>(17,19)</sup> *** Schokoladencreme <sup>(17,19)</sup>	Kcal 519,9 Eiweiß 17,7g Fett 36,7g KH 27g
Mittwoch 13.03.2019		<b>Ravioli<sup>(17,19,20,31)</sup></b> mit Gemüsefüllung in Sahnesoße <sup>(17,19)</sup> *** Obst der Saison	Kcal 470 Eiweiß 21,5g Fett 5,4g KH 81g		<b>Asiatischer Gemüseintopf<sup>(9,21,22,31)</sup></b> mit Glasnudeln, Ei und Hühnerfleisch *** Obst der Saison	Kcal 520 Eiweiß 27g Fett 9,7g KH 77,7g
Donnerstag 14.03.2019		<b>Ratatouille</b> Gemüsepfanne in fruchtiger Soße mit Reis *** Sahnejoghurt <sup>(17,19)</sup>	Kcal 388 Eiweiß 8g Fett 8,5g KH 68g		<b>Paprikaschote</b> mit Gemüsefüllung <sup>(28)</sup> , Tomatensoße und Kartoffeln *** Sahnejoghurt <sup>(3,17,19)</sup>	Kcal 248 Eiweiß 9,26g Fett 3,38g KH 43,8g
Freitag 15.03.2019		<b>Kaiserschmarren<sup>(17,19,20,31)</sup></b> mit Vanillesoße <sup>(17,19)</sup> *** Obst der Saison	Kcal 539 Eiweiß 15,12g Fett 19,2g KH 75,9g		<b>Seelachsfilet<sup>(27)</sup> "Bordelaise"<sup>(28)</sup></b> mit Kartoffelpüree *** Obst der Saison	Kcal 510 Eiweiß 22,6g Fett 25,5g KH 56g