

| KW 13 | Anz. | Menü 1 | Nährwerte | Anz. | Menü 2 | Nährwerte |
|--------------------------|------|--|--|------|---|---|
| Montag 25.03.2019 | | Spargelgemüse in Rahm ^(17,19) mit veg. Klößen ^(20,21,31) , dazu Kartoffeln *** Obst der Saison | Kcal. 250 Eiweiß - 19g Fett - 2g KH - 22g | | Gersten-Graupen-Eintopf⁽²⁰⁾ mit Suppengemüse ⁽²²⁾ und Kartoffelwürfeln, dazu ein Geflügel Würstchen ^(1,2,6) *** Obst der Saison | Kcal 418,6 Eiweiß 12,35g Fett 15g KH 45,2g |
| Dienstag 26.03.2019 | | Sahnegrießbrei^(17,19,20) mit warmer Waldbeerensoße *** Gemüsesticks | Kcal 450 Eiweiß 14g Fett 15g KH 87g | | Portion Köttbullar^(20,31) mit Soße, Balkangemüse und Dampfkartoffeln *** Obst der Saison | Kcal 433 Eiweiß 19g Fett 26g KH 30g |
| Mittwoch 27.03.2019 | | Gemüseschnitzel^(17,19,20,22,31) mit Soße ^(17,19) , dazu Kartoffelpüree ^(17,19) *** Obst der Saison | Kcal 568 Eiweiß 10,5g Fett 24g KH 73,4g | | Hähnchen Nuggets^(8,20) mit Ketchup ⁽²²⁾ , dazu Kartoffelspalten *** Obst der Saison | Kcal 466 Eiweiß 16,2g Fett 18,8g KH 55,12g |
| Donnerstag 28.03.2019 | | Kürbiseintopf⁽²²⁾ mit Kartoffeln, dazu Baguette ⁽²⁰⁾ *** Sahnejoghurt ^(3,17,19) | Kcal. 249 Eiweiß 7,4g Fett 1g KH 41g | | Gemischtes Gulasch mit Paprikastreifen, dazu Rahmsoße ^(17,19) und Kartoffeln *** Sahnejoghurt ^(3,17,19) | Kcal 299 Eiweiß 25,5g Fett 8,6g KH 28g |
| Freitag 29.03.2019 | | Nudeln²⁸ mit Tomatensoße und geriebenem Käse ^{17,19} *** Obst der Saison | Kcal. 397 Eiweiß 20g Fett 7,7g KH 161 | | Hot Dog⁽²⁰⁾ zum selber machen, mit einem Würstchen ^(1,2,6) , Gurken ^(2,9) und Röstzwiebeln ⁽²⁰⁾ , dazu Ketchup *** Obst der Saison | Kcal 602,8 Eiweiß 19,5g Fett 37g KH 46g |