

KW 21	Anz.	Menü 1	Nährwerte	Anz.	Menü 2	Nährwerte
Montag 20.05.2019		Minestrone (ital. Gemüseeintopf) mit buntem Gemüse ²² und Fadennudeln ^{20,31} *** Frisches Obst der Saison	Kcal 157 Eiweiß 2,9g Fett 4,3g KH 86g		Hühnerfrikassee mit Erbsen in Rahmsoße ^{17,19} , dazu Langkornreis *** Frisches Obst der Saison	Kcal 424,2 Eiweiß 20,2g Fett 12,53g KH 67,33g
Dienstag 21.05.2019		Tomaten-Zucchini-Geschnetzeltes mit Vollkornnudeln ²⁰ *** Schokoladenpudding ^{17,19}	Kcal 419 Eiweiß 12g Fett 15,6g KH 62,1g		Frische Lasagne ^{20,22,31} mit Rindfleisch und Bechamelsoße ^{17,19} *** Schokoladenpudding ^{17,19}	Kcal 421 Eiweiß 20,8g Fett 23g KH 25g
Mittwoch 22.05.2019		Bunte Reispfanne mit Gemüsewürfeln, Mais und Paprika *** Frisches Obst der Saison	Kcal 398 Eiweiß 9,1g Fett 6,3g KH 73,3g		Hausgemachtes Gyros(Geflügel) mit Krautsalat ² , Quark-Dip ^{17,19} und Tomatenreis *** Frisches Obst der Saison	Kcal 575 Eiweiß 29g Fett 27g KH 52g
Donnerstag 23.05.2019		Erbseintopf ²² mit Gemüse ²² und Kartoffelwürfeln *** Frisches Obst der Saison	Kcal 493 Eiweiß 37,4g Fett 16,3g KH 32,6g		Tortellini ^{17,19,20} (gelbe Nudelringe) mit Ricotta-Spinat-Füllung und Gemüse Julienne ²² in Sahnesoße ^{17,19} *** Frisches Obst der Saison	Kcal 317 Eiweiß 13g Fett 6g KH 53g
Freitag 24.05.2019		Süßkartoffel-Gemüse-Bratling ^{17,19,22,31} mit Kräutersoße ^{17,19} , dazu Tomatenecken *** Frisches Obst der Saison	Kcal 432,6 Eiweiß 9g Fett 15g KH 63g		Fischnuggets ^{20,27} mit Kräutersoße ^{17,19} , dazu Kartoffelpüree ^{17,19} *** Frisches Obst der Saison	Kcal 487 Eiweiß 12g Fett 9g KH 56g