

Speisekarte

KW 39

23.09.2024

bis

27.09.2024

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Das Hotel garantiert

Hackfleischragout vom Rind mit

Brokkoli und Salzkartoffeln

**Milchreis mit Apfelmus,
vorweg Brokkolicremesuppe**

DGE empfiehlt:

Schokopudding

Milch (Lactose), Sellerie, Senf

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie,
Dessert: Milch (Lactose)

Seelachragout in Senf-

Paprikasauce mit Bio-Erbсен,

dazu Dreilindeln

DGE empfiehlt:

Birne

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose), Senf

Das Hotel garantiert

Pizza Margherita mit Tomaten

und Käse

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

3

KJ 364 / kcal 87 / Fett 4,3 g, davon ges.

Fettsäuren 1,8 g / KH 8,2 g, davon Zucker 1,3 g /
Eiweiß 4,0 g / Salz 0,54 g / BE 0,7

KJ 379 / kcal 91 / Fett 2,6 g, davon ges.

Fettsäuren 1,7 g / KH 14,1 g, davon Zucker 7,8 /
Eiweiß 2,3 g / Salz 0,33 g / BE 1,2

KJ 621 / kcal 148 / Fett 3,0 g, davon ges.

Fettsäuren 0,9 g / KH 21,5 g, davon Zucker 0,7 g /
Eiweiß 7,7 g / Salz 0,45 g / BE 1,8

KJ 832 / kcal 199 / Fett 5,8 g, davon ges.

Fettsäuren 3,0 g / KH 27,3 g, davon Zucker 2,2 g /
Eiweiß 9,0 g / Salz 1,50 g / BE 2,3

Speisekarte

KW 40

30.09.2024

bis

04.10.2024

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Hähnchengeschnetzeltes mit

Äpfeln und Ananas in

Currysauce, dazu Vollkornreis

und Brokkoli

DGE empfehlt:

Banane

Milch (Lactose)

Eieromelette mit Rahmspinat

und Salzkartoffeln

Ihr habt gewählt:

Putenschnitzel mit Geflügeljus,

dazu Karotten-Erbsen-

Bohngemüse und Kroketten

Eier, Milch (Lactose)

0

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf

Milde Ungarische

Gulaschsuppe vom Rind mit

Tomaten, Paprika und

Kartoffeln, dazu Bio-

Körnerbrötchen

Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer)

0

KJ 503 / kcal 120 / Fett 2,2 g, davon ges.

Fettsäuren 0,8 g / KH 19,4 g, davon Zucker 2,5 g /

Eiweiß 5,5 g / Salz 1,91 g / BE 0,6

KJ 360 / kcal 86 / Fett 3,7 g, davon ges.

Fettsäuren 1,6 g / KH 8,7 g, davon Zucker 0,9 g /

Eiweiß 4,5 g / Salz 0,59 g / BE 0,7

KJ 623 / kcal 149 / Fett 5,3 g, davon ges.

Fettsäuren 0,8 g / KH 18,2 g, davon Zucker 2,0 g /

Eiweiß 6,4 g / Salz 0,71 g / BE 1,5

KJ 398 / kcal 95 / Fett 1,8 g, davon ges.

Fettsäuren 0,5 g / KH 15,5 g, davon Zucker 2,6 g /

Eiweiß 4,1 g / Salz 1,04 g / BE 1,3

Speisekarte

KW 41 **07.10.2024** bis **11.10.2024**
Montag Dienstag Mittwoch Donnerstag

**Hühnerfrikassee mit Spargel,
dazu Möhren und Langkornreis**

**DGE empfiehlt:
Kohlrabi-Rohkost**

Milch (Lactose)

KJ 473 / kcal 113 / Fett 2,9 g, davon ges.
Fettsäuren 1,1 g / KH 16,9 g, davon Zucker 1,6 g /
Eiweiß 4,7 g / Salz 2,18 g / BE 1,4

**Ihr habt gewählt:
Seelachs-Fischstäbchen mit Bio-
Rahmspinat und Salzkartoffeln**

**DGE empfiehlt:
Apfel-Quark-Dessert**

Gluten (Weizen), Fische, Milch (Lactose)

KJ 438 / kcal 105 / Fett 4,8 g, davon ges.
Fettsäuren 1,4 g, KH 9,5 g, davon Zucker 2,2 g /
Eiweiß 5,7 g / Salz 1,02 g / BE 0,8

**Ihr habt gewählt:
Geflügel-Currywurst mit
Pommes Frites**

Senf

8

KJ 631 / kcal 151 / Fett 7,8 g, davon ges.
Fettsäuren 1,7 g, KH 14,6 g, davon Zucker 3,9 g /
Eiweiß 5,6 g / Salz 1,15 g / BE 1,2

**Tortellini mit Spinatfüllung und
Tomatensauce, dazu Bio-Erbsen**

DGE empfiehlt:

Banane

Gluten (Weizen), Sellerie

KJ 486 / kcal 116 / Fett 2,4 g, davon ges.
Fettsäuren 0,4 g / KH 18,8 g, davon Zucker 1,9 g /
Eiweiß 4,5 g / Salz 0,74 g / BE 1,6

Speisekarte

KW 44

28.10.2024

bis

01.11.2024

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

**Pfannengulasch vom Rind mit
Karotten-Erbсен-Gemüse und
Spätzle**

DGE empfiehlt:

Vanillepudding

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Senf, Dessert:
Milch (Lactose)

**Pancakes mit Kirschräout und
Vanillesauce, vorweg**

Zucchinicremesuppe

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie

Köttbullar in Rahm vom

Geflügel mit Blumenkohl-

Brokkoli-Kohlrabi-Gemüse und

Kartoffelpüree

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf

Linzen-Eintopf mit Bio-

Körnerbrötchen

DGE empfiehlt:

Joghurt mit Kirschräout

Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer), Sellerie,
Dessert: Milch (Lactose)
0

KJ 482 / kcal 115 / Fett 4,0 g, davon ges.

Fettsäuren 1,0 g / KH 14,2 g, davon Zucker 3,4 g /
Eiweiß 5,5 g / Salz 0,91 g / BE 1,2 g

KJ 692 / kcal 165 / Fett 5,9 g, davon ges.

Fettsäuren 1,5 g / KH 23,5 g, davon Zucker 12,1 g
/ Eiweiß 4,1 g / Salz 0,54 g / BE 2,0

KJ 461 / kcal 110 / Fett 6,5 g, davon ges.

Fettsäuren 2,7 g / KH 9,0 g, davon Zucker 2,3 g /
Eiweiß 4,0 g / Salz 1,22 g / BE 0,8

KJ 456 / kcal 109 / Fett 3,2 g, davon ges.

Fettsäuren 0,3 g / KH 14,8 g, davon Zucker 2,4 g /
Eiweiß 4,6 g / Salz 1,05 g / BE 1,2