

# Speiseplan für GHS

vom 01.03.2021 bis zum 05.03.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	<b>Reissuppe</b>  09 kcal 32 F 0,15 E 0,75 KH 6,52	<b>Backerbsensuppe</b>  01, 03, 07, 09 kcal 25 F 1,27 E 0,51 KH 2,71	<b>Kräutercremesuppe</b>  01, 07 kcal 43 F 2,44 E 0,7 KH 4,49	<b>Buchstabennudelsuppe</b>  01, 09 kcal 11 F 0,03 E 0,38 KH 2,06	<b>Minestrone</b>  01, 03 kcal 2 F 0,03 E 0,05 KH 0,33
Menü 1	<b>Bratwurst</b>  Leipziger Allerlei und Kartoffelpüree   Z2, Z4, Z11, Z14, Z24, 07 kcal 88 F 6,42 E 3,92 KH 3,53	<b>Hühnerfrikassee</b>  dazu Markerbsen und Butterreis   Z4, 01, 07 kcal 79 F 1,96 E 5,68 KH 8,88	<b>Spaghetti a la Carbonara</b>  dazu bunter Salat   Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 68 F 2,24 E 4 KH 7,74	<b>Gefülltes Omelette</b>  dazu Bauernsalat frisches Baguette  Z2, Z8, 01, 03, 06, 07, 11, 12 kcal 113 F 4.86 E 3.5 KH 11.44	<b>Tagliatelle</b>  an Tomatensoße mit Lachswürfeln und grüner Salat   Z2, 01, 03, 04, 06, 07, 12 kcal 77 F 3.88 E 5.07 KH 5.22
Menü 2	<b>veget. Bratwurst</b>  Leipziger Allerlei und Kartoffelpüree  Z4, Z24, 01, 03, 07 kcal 92 F 5,72 E 4,47 KH 4,97	<b>Gemüsefrikadelle</b>  an Rahmsauce dazu Butterreis und bunter Salat  Z2, Z4, 01, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 101 F 4,3 E 2,06 KH 14,18	<b>Spaghetti mit Sahnesauce</b>  und Parmesankäse dazu bunter Salat  Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 64 F 2,44 E 1,7 KH 8,6	<b>Gefülltes Omelette</b>  dazu Bauernsalat frisches Baguette  Z2, Z8, 01, 03, 06, 07, 11, 12 kcal 113 F 4.86 E 3.5 KH 11.44	<b>Pancakes</b>  dazu Vanillesauce bestreut mit Puderzucker  01, 03, 07 kcal 193 F 5,93 E 5,73 KH 28,6
Dessert	<b>Frisches Obst</b>  kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4	<b>Erdbeerjoghurt</b>  Z24, 07 kcal 107 F 3 E 3,5 KH 16,5	<b>Weberli</b>  01, 03, 05, 06, 07, 08, 13 kcal 522 F 35 E 5,4 KH 47	<b>Vanillecreme</b>  06, 07 kcal 102 F 6,79 E 3,21 KH 6,36	<b>Schokopudding mit Sahne</b>  Z24, 07 kcal 103 F 5,01 E 3,09 KH 11,37

Die Legende der Allergene/Zusatzstoffe können beim Personal erfragt werden.  
 Nährwertangaben je 100 g: kcal (Kalorien) F (Fett) E (Eiweiß) KH Kohlenhydrate