






# Speiseplan für GHS

vom 15.03.2021 bis zum 19.03.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	<b>Flädlesuppe</b> 01, 03, 07, 09 kcal 25 F 1,25 E 0,64 KH 2,63	<b>Fadennudelsuppe</b> 01, 03, 06, 09 kcal 11 F 0,06 E 0,41 KH 2,03	<b>Grießklößchensuppe</b> 01, 03, 07, 09 kcal 20 F 0,7 E 0,61 KH 2,64	<b>Vorspeisensalat</b> Z2, 07, 12 kcal 55 F 3,75 E 1,9 KH 3,14	<b>Reissuppe</b> 09 kcal 32 F 0,15 E 0,75 KH 6,52
Menü 1	<b>Rinderrouladen</b> an einer Bratensoße Prinzessbohnen und Butterspätzle  Z1, Z2, Z4, Z14, 01, 03, 06, 07, 09, 10 kcal 72 F 2.86 E 5.46 KH 5.52	<b>Hähnchen Nuggets</b> an Currysoße Kartoffel Wedges und Balkangemüse  Z4, Z11, 01, 07 kcal 143 F 7.21 E 4.42 KH 14.22	<b>Bolognesesoße</b> dazu Spaghetti und bunter Salat  Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 72 F 4.09 E 3.63 KH 4.53	<b>Deftige Gulaschsuppe</b> mit Kartoffelstücken dazu ein Brötchen  Z8, 01, 06, 09, 11, 12 kcal 87 F 4,12 E 4,55 KH 7,46	<b>Fischfilet</b> Remouladensoße dazu Kartoffelsalat  Z2, Z5, Z5A, Z11, Z14, Z24, 01, 04, 06, 07, 10, 12 kcal 123 F 6,94 E 5,15 KH 9,67
Menü 2	<b>Gemüsebällchen</b> an einer Rahmsauce dazu Bohnensalat und Butterspätzle Z2, 01, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 92 F 3.24 E 5.01 KH 10.28	<b>Gemüse Nuggets</b> an Currysoße Kartoffel Wedges und Balkangemüse Z4, 01, 03, 07, 09 kcal 125 F 5.92 E 2.6 KH 14.16	<b>Spaghetti Tomatensoße</b> dazu Parmesankäse und bunter Salat Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 58 F 1,85 E 2,43 KH 7,61	<b>Deftiger Gemüseeintopf</b> mit Kartoffelstücken dazu ein Brötchen Z8, Z24, 01, 09, 10, 11, 12 kcal 45 F 0.61 E 1.65 KH 7.82	<b>Eierpfannkuchen</b> dazu heiße Kirschen und Puderzucker 01, 03, 07 kcal 148 F 2,81 E 4,54 KH 25,17
Dessert	<b>Geleedessert Tropic mit Sahne</b> Z24, kcal 69 F 1,95 E 0,18 KH 12,62	<b>Frisches Obst</b> kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4	<b>Schokoriegel</b> 01, 06, 07 kcal 503 F 24,8 E 7 KH 61	<b>Fruchtquarkspeise</b> Z2, Z4, 06, 07 kcal 92 F 1,87 E 8,61 KH 9,86	<b>Vanillepudding</b> Z2, Z4, 07 kcal 74 F 1,25 E 2,76 KH 12,77

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