

Speiseplan für GHS

vom 27.09.2021 bis zum 01.10.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Vorspeisensalat Z2, 07, 12 kcal 58 F 4,42 E 1,77 KH 2,5	Grießklößchensuppe 01, 03, 07, 09 kcal 20 F 0,7 E 0,61 KH 2,64	Fadennudelsuppe 01, 03, 06, 09 kcal 11 F 0,06 E 0,41 KH 2,03	Reissuppe 09 kcal 32 F 0,15 E 0,75 KH 6,52	Tomatensuppe 01 kcal 18 F 0,89 E 0,37 KH 2,18
Menü 1	Reistopf mit Hackfleisch dazu ein Brötchen  Z4, 01, 09 kcal 74 F 3,88 E 3,46 KH 5,56	Rindergulasch dazu Butterspätzle und bunter Salat  Z2, 01, 03, 07, 09, 12 kcal 52 F 1,83 E 4,06 KH 4,55	Fleischkäse dazu Rahmspinat und Butterkartoffeln  Z1,Z2, Z3, 5A, Z8, Z14,Z24, 01, 07, 12 kcal 86 F 4,23 E 4,39 KH 7,32	Fischragout Tomaten-Sahne- Soße dazu Tagliatelle Couscous Gemüse  01, 03, 04, 06 kcal 24 F 0,46 E 0,71 KH 4,23	Gefülltes Omelette dazu Rohkostsalat Z5, Z8, 03, 07, 12 kcal 55 F 1,99 E 1,55 KH 7
Menü 2	Reistopf mit Gemüseklößchen dazu ein Brötchen Z4, 01, 03, 07, 09 kcal 46 F 1,24 E 1,29 KH 7,06	Spätzlepfanne mit Mischgemüse und bunter Salat Z2, 01, 03, 07, 09, 12 kcal 61 F 2,41 E 1,64 KH 7,69	Rührei dazu Rahmspinat und Butterkartoffeln Z8, 01, 03, 07, 12 kcal 87 F 4,67 E 4,73 KH 6,22	Kaiserschmarren dazu Apfelmus und Puderzucker Z2, 01, 03, 07 kcal 192 F 5,67 E 4,71 KH 30,07	Gefülltes Omelette dazu Rohkostsalat Z5, Z8, 03, 07, 12 kcal 55 F 1,99 E 1,55 KH 7
Dessert	Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4	Geleedessert Waldmeister Z4, Z24, kcal 69 F 1,95 E 0,18 KH 12,62	Erdbeerjoghurt Z24, 07 kcal 107 F 3 E 3,5 KH 16,5	Vanillecreme 06, 07 kcal 102 F 6,79 E 3,21 KH 6,36	Schokopudding 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 (Kilokalorien) F (Fett) E (Eiweiß) KH Kohlenhydrate