

Speiseplan für GHS

vom 04.10.2021 bis zum 07.10.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Fadennudelsuppe 01, 03, 06, 09 kcal 11 F 0,06 E 0,41 KH 2,03	Flädlesuppe 01, 03, 07, 09 kcal 25 F 1,25 E 0,64 KH 2,63	Minestrone 01, 03 kcal 2 F 0,03 E 0,05 KH 0,33	Reissuppe 09 kcal 32 F 0,15 E 0,75 KH 6,52	
Menü 1	Currywurst Kartoffel Wedges und bunter Salat  Z2, Z11, Z24, 01, 07, 12 kcal 132 F 8,46 E 4,13 KH 9,54	Zürcher Geschnetzeltes dazu Spiralnudeln Leipziger Allerlei  Z2, Z4, 01, 03, 06, 07, 09 kcal 55 F 1.39 E 5.3 KH 4.86	Bifteki mit Tzatziki dazu Tomatenreis und grüner Salat  Z1, Z2, 03, 07, 09, 12 kcal 211 F 14.93 E 9.3 KH 9.72	Gebrautes Fischfilet an Kräuterrahmsauce Paprika-Mais- Gemüse  Kartoffelpüree Z24, 01, 04, 07, 10 kcal 76 F 3.82 E 2.74 KH 7.35	
Menü 2	Currywurst vegetarisch Kartoffel Wedges und bunter Salat Z2, Z24, 01, 03, 07, 12 kcal 142 F 8,79 E 4,22 KH 10,84	Pilzragout dazu Spiralnudeln und Leipziger Allerlei Z2, Z4, 01, 03, 06, 07 kcal 58 F 1,7 E 1,97 KH 8,31	Bratling mit Tzatziki dazu Tomatenreis und grüner Salat Z1, Z2, 01, 03, 07, 08, 09, 10, 11, 12 kcal 175 F 10.75 E 3 KH 16.26	Grießbrei mit heißen Kirschen Zimt und Zucker 01, 07 kcal 78 F 0,96 E 2,63 KH 14,47	
Dessert	Schokoladencreme 06, 07 kcal 103 F 6,81 E 3,26 KH 6,48	Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4	Schokoriegel 01, 06, 07 kcal 503 F 24,8 E 7 KH 61	Sahne-Karamell-Creme 06, 07 kcal 184 F 11,43 E 2,8 KH 16,12	

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