

Speiseplan für GHS

vom 25.10.2021 bis zum 29.10.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Vorspeisensalat Z2, 07, 12 kcal 55 F 4,39 E 1,61 KH 2,06	Tomatensuppe 01 kcal 18 F 0,89 E 0,37 KH 2,18	Buchstabennudelsuppe 01, 09 kcal 11 F 0,03 E 0,38 KH 2,06	Eierstichsuppe 03, 07, 09 kcal 22 F 0,9 E 0,94 KH 2,31	Gemüsecremesuppe Z8, Z24, 01, 07, 09 kcal 51 F 2,26 E 1,09 KH 6,28
Menü 1	Deftiger Kartoffeleintopf mit buntem Gemüse und Putenklößchen dazu ein Brötchen  Z8, Z24, 01, 03, 06, 07, 09, 10, 11, 12 kcal 66 F 1.8 E 3.08 KH 8.93	Rindergeschnetzeltes Maccaroni Chips und Gurkensalat  Z2, Z3, 01, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 56 F 1,88 E 4,89 KH 4,59	Hähnchen Cordon Bleu Geflügelrahmsoße dazu Kaisergemüse und Ofenkartoffeln  Z1, Z4, Z8, 01, 07, 09, 12 kcal 87 F 2,69 E 5,8 KH 9,16	Fischfrikadelle an pikanter Soße Fingermöhrrchen und Butterreis  Z4, 01, 04, 07 kcal 73 F 0,57 E 5,59 KH 10,5	Spaghetti al Arrabiata gemischter Salat  Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 65 F 3,04 E 2,22 KH 7,01
Menü 2	Deftiger Kartoffeleintopf mit buntem Gemüse und Veggie Klößchen dazu ein Brötchen Z8, Z24, 01, 03, 06, 07, 09, 10, 11, 12 kcal 75 F 2.19 E 3.33 KH 10.07	Gemüseragout Maccaroni Chips und Gurkensalat Z2, Z3, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 39 F 0,99 E 1,12 KH 5,81	Gemüseschnitzel an Rahmsoße dazu bunter Blattsalat und Ofenkartoffeln Z2, Z8, 01, 06, 07, 12 kcal 179 F 13,41 E 2,99 KH 11,38	Pancakes dazu Vanillesoße bestreut mit Puderzucker 01, 03, 07 kcal 193 F 5,93 E 5,73 KH 28,6	Spaghetti Tomatensoße dazu Parmesankäse und gemischter Salat Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 57 F 1,97 E 2,34 KH 7,24
Dessert	Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4	Kirschjoghurt Z24, 07 kcal 107 F 3 E 3,5 KH 16,5	Geleedessert Tropic mit Sahne Z24, kcal 69 F 1,95 E 0,18 KH 12,62	Himbeerpudding Z4, 07 kcal 73 F 1,39 E 3,15 KH 11,98	Schokokuchen 01, 03, 05, 06, 07, 08, 13 kcal 522 F 35 E 5,4 KH 47

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