Speiseplan für GHS

vom 08.11.2021 bis zum 12.11.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	**Vorspeisensalat** Z2, 07, 12 kcal 55 F 4,39 E 1,61 KH 2,06	**Backerbsensuppe** 01, 03, 07, 09 kcal 25 F 1,27 E 0,51 KH 2,71	**Grießklößchensuppe** 01, 03, 07, 09 kcal 20 F 0,7 E 0,61 KH 2,64	**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
Menü 1	**Tomaten-Möhren-Eintopf** mit Puten Wienerle dazu ein Brötchen Z1, Z2, Z8, Z11, Z14, Z24, 01, 03, 06, 07, 09, 11, 12 kcal 45 F 1,73 E 1,45 KH 5,18	**Hähnchenschenkel** an Rahmsoße dazu Ofenkartoffeln und grüner Salat Z2, Z8, 01, 06, 07, 12 kcal 112 F 6,56 E 6,14 KH 6,88	**Bolognesesoße** mit Maccaroni Chips bunter Blattsalat Z2, 01, 06, 12 kcal 77 F 4,93 E 3,81 KH 3,88	**Hühnerfrikassee** dazu Markerbsen und Butterreis Z4, 01, 07 kcal 79 F 1,96 E 5,68 KH 8,88	**Fisch Nuggets** an Currysoße dazu Kartoffelpüree und Finger- möhrchen Z24, 01, 02, 04, 07, 10 kcal 75 F 3,62 E 2,44 KH 7,9
Menü 2	**Tomaten-Möhreneintopf** mit Veggie Würstchen dazu ein Brötchen Z8, Z24, 01, 03, 06, 07, 09, 11, 12 kcal 47 F 1,73 E 1,65 KH 5,52	**Gemüsefrikadelle** an Rahmsoße dazu Ofenkartoffeln und grüner Salat Z2, Z8, 01, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 96 F 4.24 E 1.95 KH 12.65	**Maccaroni Chips** mit Tomatensoße bunter Blattsalat Z2, 01, 06, 12 kcal 42 F 1,4 E 0,89 KH 6,37	**Pilzragout** dazu Butterreis und Eichblattsalat Z2, Z4, 01, 06, 07, 12 kcal 73 F 3,66 E 1,57 KH 8,41	**Quarkkeulchen** dazu Apfelmus Zimt und Zucker Z2, 01, 03, 07 kcal 125 F 2,71 E 2,91 KH 22,04
Dessert	**Bananenquark** 06, 07 kcal 95 F 1,5 E 7,22 KH 12,56	**Frisches Obst** kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4	**Cremeschnitte** 01, 03, 07 kcal 300 F 15 E 5,9 KH 36	**Früchtekompott** Z2, Z4, kcal 76 F 0,49 E 0,59 KH 16,67	**Vanillepudding** 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 (Kilokalorien) F (Fett) E (Eiweiß) KH Kohlenhydrate