

Speiseplan für GHS

vom 22.11.2021 bis zum 26.11.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Vorspeisensalat Z2, 07, 12 kcal 55 F 4,39 E 1,61 KH 2,06	Muschelnudelsuppe 01, 03, 09 kcal 11 F 0,07 E 0,43 KH 2,02	Tomatensuppe 01 kcal 18 F 0,89 E 0,37 KH 2,18	Backerbsensuppe 01, 03, 07, 09 kcal 25 F 1,27 E 0,51 KH 2,71	Kartoffelcremesuppe Z8, 01, 07, 09 kcal 133 F 5,17 E 2,37 KH 18,72
Menü 1	Deftige Gulaschsuppe mit Kartoffelstücken dazu ein Brötchen  Z8, 01, 06, 09, 11, 12 kcal 156 F 1,22 E 0,79 KH 34,61	Geflügelfrikadelle an pikanter Soße Leipziger Allerlei und Kartoffelpüree  Z4, Z24, 01, 03, 06, 07, 09, 10 kcal 71 F 3,5 E 4,14 KH 5,44	Spaghetti a la Carbonara ein bunter Salat  Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 65 F 2,04 E 3,96 KH 7,58	Gebratenes Fischfilet an Kräuterrahmsauce dazu Butterreis und Gurkensalat  Z2, Z3, Z4, 01, 04, 06, 07, 10, 12 kcal 127 F 6,34 E 3,87 KH 13,43	Rührei dazu Rahmspinat und Butterkartoffeln Z8, 01, 03, 07, 12 kcal 87 F 4,67 E 4,73 KH 6,22
Menü 2	Deftiger Gemüseeintopf mit Veggie Klößchen dazu ein Brötchen Z8, Z24, 01, 03, 06, 07, 09, 10, 11, 12 kcal 49 F 1,2 E 2,17 KH 7,08	Broccoliecke an pikanter Soße dazu Rohkostsalat und Kartoffelpüree Z5, Z24, 01, 07 kcal 41 F 0,82 E 1,87 KH 5,84	Spaghetti mit Sahnesoße dazu Parmesankäse und bunter Salat Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 65 F 2,55 E 1,99 KH 8,3	Schupfnudeln dazu Apfelmus Zimt und Zucker Z2, 01, 03 kcal 137 F 1,01 E 2,83 KH 29,29	Rührei dazu Rahmspinat und Butterkartoffeln Z8, 01, 03, 07, 12 kcal 87 F 4,67 E 4,73 KH 6,22
Dessert	Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4	Rote Grütze mit Sahne Z24, kcal 17 F 0,24 E 0,04 KH 3,53	Schokoladencreme 06, 07 kcal 103 F 6,81 E 3,26 KH 6,48	Sahnepudding 07 kcal 74 F 1,39 E 3,14 KH 12,14	Weberli 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