

Speiseplan für GHS

vom 13.12.2021 bis zum 17.12.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Reissuppe 09 kcal 32 F 0,15 E 0,75 KH 6,52	Flädlesuppe 01, 03, 07, 09 kcal 25 F 1,25 E 0,64 KH 2,63	Muschelnudelsuppe 01, 03, 09 kcal 11 F 0,07 E 0,43 KH 2,02	Grießklößchensuppe 01, 03, 07, 09 kcal 20 F 0,7 E 0,61 KH 2,64	Kürbiscremesuppe Z8, 01, 07, 12 kcal 55 F 1,84 E 1,23 KH 8,03
Menü 1	Fleischspieß mit Soße dazu Mischgemüse und Kartoffelpüree  Z24, 01, 07 kcal 47 F 1,36 E 5,08 KH 3,29	Würstchengulasch mit Penne Nudeln und grüner Salat  Z2, Z11, Z24, 01, 03, 06, 09, 12 kcal 93 F 6,25 E 4,38 KH 4,79	Fischfilet Mediterran an pikanter Soße Broccoligemüse und Butterkartoffeln  Z4, Z8, 01,03, 04, 06,07, 09,10, 12, 14 kcal 75 F 3.81 E 4.25 KH 5.25	Hähnchencurry dazu Butterreis ZucchiniGemüse  Z4, 01, 07 kcal 92 F 3.57 E 7.38 KH 7.79	Tortellini mit Käse Tomaten-Sahne- Soße gemischter Salat Z2, Z24, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 27 F 1.64 E 0.54 KH 2.26
Menü 2	Gemüsespieß mit Soße dazu Eichblattsalat und Kartoffelpüree Z2, Z24, 01, 06, 07, 12 kcal 38 F 1,62 E 1,01 KH 4,49	veget. Würstchengulasch mit Penne Nudeln und grüner Salat Z2, Z24, 01, 03, 06, 09, 12 kcal 107 F 6,68 E 4,5 KH 6,5	Heißer Apfelstrudel an Vanillesoße mit Puderzucker 01, 03, 07, 08, 09 kcal 117 F 2.5 E 2.61 KH 20.94	Gemüsecurry dazu Butterreis und bunter Blattsalat Z2, Z4, 01, 07, 12 kcal 72 F 3.31 E 1.35 KH 8.85	Tortellini mit Käse Tomaten-Sahne-Soße gemischter Salat Z2, Z24, 01, 03, 07, 12 kcal 23 F 1.22 E 0.56 KH 2.19
Dessert	Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4	Zitronencreme 06, 07 kcal 190 F 10,3 E 2,98 KH 19,62	Kirschjoghurt Z24, 07 kcal 107 F 3 E 3,5 KH 16,5	Schokopudding Z24, 07 kcal 103 F 5,01 E 3,09 KH 11,37	Fruchtquarkspeise Z2, Z4, 06, 07 kcal 92 F 1,87 E 8,61 KH 9,86

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