

Speiseplan für GHS

vom 20.12.2021 bis zum 21.12.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Karottencremesuppe 01, 07, 09 kcal 50 F 2,09 E 0,75 KH 6,56	Minestrone 01, 03 kcal 2 F 0,03 E 0,05 KH 0,33			
Menü 1	Hamburger mit Käse Kartoffel Wedges Ketchup oder Mayo  Z5, Z5A, 01, 03, 07, 10, 11 kcal 172 F 8,04 E 6,84 KH 17,06	Lasagne mit Hackfleischsoße dazu Endiviensalat  Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 127 F 8,41 E 5,7 KH 6,42			
Menü 2	Veggie Burger mit Käse Kartoffel Wedges Ketchup oder Mayo Z5, Z5A, 01, 03, 07, 09, 11 kcal 169 F 7,35 E 4,35 KH 20,98	Lasagne mit Gemüsefüllung dazu Endiviensalat Z2, 01, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 99 F 5,91 E 3,7 KH 7,23			
Dessert	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			

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