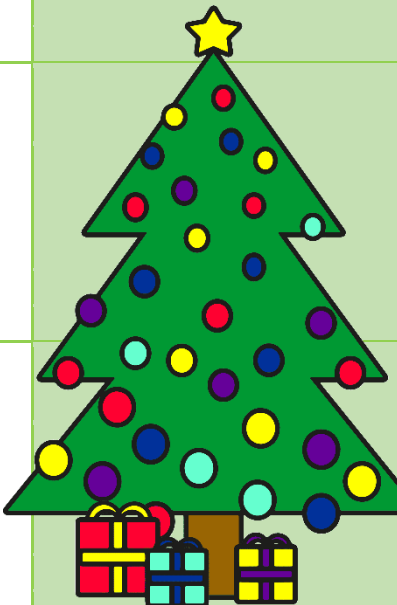




# Speiseplan für GHS

vom 14.12.2020 bis zum 17.12.2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	<b>Reissuppe</b>  09 kcal 32 F 0,15 E 0,75 KH 6,52	<b>Flädlesuppe</b>  01, 03, 07, 09 kcal 25 F 1,25 E 0,64 KH 2,63	<b>Gemüsecremesuppe</b>  Z8, Z24, 01, 07, 09 kcal 51 F 2,26 E 1,09 KH 6,28	<b>Tomatensuppe</b>  01 kcal 18 F 0,89 E 0,37 KH 2,18	
Menü 1	<b>Bratwurst</b>  Leipziger Allerlei und Kartoffelpüree   Z2, Z4, Z11, Z14, Z24, 07 kcal 88 F 6,42 E 3,92 KH 3,53	<b>Hühnerfrikassee</b>  dazu Markerbsen und Butterreis   Z4, 01, 07 kcal 79 F 1,96 E 5,68 KH 8,88	<b>Spaghetti al Arrabiata</b>  gemischter Salat   Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 66 F 2,89 E 2,3 KH 7,34	<b>Gefülltes Omelette</b>  dazu Bauernsalat  Z2, Z8, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 101 F 5,18 E 3,07 KH 8,31	
Menü 2	<b>veget. Bratwurst</b>  dazu Leipziger Allerlei und Kartoffelpüree  Z4, Z24, 01, 03, 07 kcal 92 F 5,72 E 4,47 KH 4,97	<b>Gemüsefrikadelle</b>  an pikanter Soße dazu grüner Salat und Butterreis  Z2, Z4, 01, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 84 F 3,27 E 2,03 KH 12,27	<b>Spaghetti Tomatensoße</b>  dazu Parmesankäse und gemischter Salat  Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 58 F 1,85 E 2,43 KH 7,61	<b>Gefülltes Omelette</b>  dazu Bauernsalat  Z2, Z8, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 101 F 5,18 E 3,07 KH 8,31	
Dessert	<b>Frisches Obst</b>  kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4	<b>Erdbeerjoghurt</b>  Z24, 07 kcal 107 F 3 E 3,5 KH 16,5	<b>Gefüllter Kleinkuchen</b>  01, 03, 05, 06, 07, 08, 13 kcal 522 F 35 E 5,4 KH 47	<b>Vanillecreme</b>  06, 07 kcal 102 F 6,79 E 3,21 KH 6,36	

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