

Vollkost

Leichte Vollkost

Montag

Rindergeschnetzeltes *Robert* mit
Senf und Gurken
Butterkartoffeln
und Blattsalat

GG,ML,S
E,SU

KJ: 1415, F: 15, E: 26, KH: 22

Bunte Spätzle Pfanne mit jungem
Gemüse und Frischkäsesauce

GG,EI,ML
,SL,WZ

KJ: 1607, F: 9, E: 13, KH: 61

Dienstag

Spießbraten
Semmelknödel
Pikanter Krautsalat

GG,EI,SE
,WZ

KJ: 2161, F: 26, E: 30, KH: 40

Omelett mit Blattspinat gefüllt
Kartoffelpüree
und Kräutersauce

GG,EI,ML
,SL,SU,(2
)

KJ: 1776, F: 22, E: 23, KH: 32

Mittwoch

Hähnchen Steak mit Ofengemüse
und Drillinge dazu Schnittlauchdip

ML

KJ: 1826, F: 9, E: 37, KH: 39

Backofenkartoffel
Quark-Dip
bunter Bauernsalat

ML

KJ: 1371, F: 7, E: 13, KH: 47

Donnerstag

Tafelspitz vom Rind
mit Meerrettichsoße
Bouillon-Kartoffeln
Rote Beete Salat

GG,ML,S
L,SU,WZ

KJ: 2057, F: 30, E: 31, KH: 24

Schupfnudeln
und Kaisergemüse
dazu Sahnesauce

GG,EI,ML
,SL,WZ

KJ: 1965, F: 25, E: 9, KH: 51

Freitag

Heringsstipp
Petersilienkartoffeln
Tomatensalat

GG,EI,FI,
ML,SE,W
Z

KJ: 3144, F: 47, E: 29, KH: 49

Spinat-Karotten-Rösti
Stampfkartoffeln
Sauce Hollandaise

GG,EI,ML
,SL,WZ,H
F

KJ: 2441, F: 38, E: 12, KH: 47