

Speiseplan für die Woche 07.01.19 bis 13.01.2019

Montag	Hauptgericht	Wurstgoulasch mit Zwiebeln und Hörnchennudeln
	Diät	wie oben (750 kcal.)
	Dessert	Obst
	Salat	Gurkensalat mit Shrimps
Dienstag	Hauptgericht	Eisbein mit Sauerkraut und Petersilienkartoffeln
	Diät	wie oben (650 kcal.)
	Dessert	Pfirsich-Maracuja Joghurt
	Salat	Mandarinen-Lauchsalat auf Chinakohl
Mittwoch	Hauptgericht	Hähnchenkeule mit Rahmsoße, Rotkohl, Klöße oder Kartoffeln
	Diät	wie oben (730 kcal.)
	Dessert	Mandarinenkompott
	Salat	Obstsalat mit Natur-Joghurt
Donnerstag	Hauptgericht	Grünkohl mit Knacker und Petersilienkartoffeln
	Diät	wie oben (740 kcal.)
	Dessert	Apfelmus mit Vanillesoße
	Salat	Tomatensalat mit Rucola und geröstetem Sesam
Freitag	Hauptgericht	Weißkohleintopf mit Gemüsewürfel, Bockwurst und Körnerbrötchen
	Diät	wie oben (720 kcal.)
	Dessert	Vanillemilchtrinkpäckchen
	Salat	Kartoffelsalat mit Bockwurst
Samstag	Hauptgericht	Gemüse-Reisbratlinge mit Tomatensoße und Kartoffeln
	Diät	wie oben (680 kcal.)
	Dessert	Obst
	Salat	Gurken - Tomatensalat
Sonntag	Hauptgericht	gebratenes Steak an Soße mit mediterraner Nudelpfanne mit Pesto
	Diät	wie oben (730 kcal.)
	Dessert	Fruchtquark
	Salat	Rohkostmix

Guten Appetit! Inhaltsstoffe (wie Allergene und Zusatzstoffe) sind auf der externen Liste verzeichnet. Diese liegt bei dem Küchenpersonal aus. Änderungen vorbehalten