

# Speiseplan ASB vom 01.07. bis 07.07.2019

Tel.: 0355 / 703040

Wo	Menü	Montag 01.07.2019	Dienstag 02.07.2019	Mittwoch 03.07.2019	Donnerstag 04.07.2019	Freitag 05.07.2019	Samstag 06.07.2019	Sonntag 07.07.2019	
Speiseplan vom 01.07.2019 bis 07.07.2019, 27. Kalenderwoche	I (blank)	Grüne Bohneneintopf mit Rindfleisch, dazu Vollkornbrot (aw, uw, nr, as, R)	Kartoffelpuffer mit Apfelsmus und Zucker (3, aw, uw, ae)	Kohlrabieintopf mit Kassler, dazu Brötchen (3, aw, uw, am, 15, S)	Wikingertopf (Gemüseintopf mit Fleischklößchen vom Schwein und Saurer Sahne), dazu Baguettebrot (aw, uw, am, au, S)	Italienischer Gemüseintopf (Möhren, Zucchini, Tomaten, Grüne Bohnen, Porree) mit Mozzarella und Nudeln, dazu Baguettebrötchen (aw, uw, am, bc)	Frühlingsgemüseintopf mit frischen Kräutern und Baguettebrot (3, aw, uw, 15, S)		
		Energie pro Portion: 1519 kJ, 363 kcal	Energie pro Portion: 2209 kJ, 528 kcal	Energie pro Portion: 2011 kJ, 480 kcal	Energie pro Portion: 3471 kJ, 828 kcal	Energie pro Portion: 2135 kJ, 509 kcal	Energie pro Portion: 1565 kJ, 373 kcal		
	II (schwarz)	Schnittlauchquark mit Salzkartoffeln, dazu Gurkensalat (am)	Fruchtiges Hähnchencurry mit Wildreis, dazu gemischter Blattsalat (3, G)	Kochkloppe "Königsberger Art" mit Kapernsoße und Kartoffelbrei, dazu Möhren-Apfelsalat (3, aw, uw, ae, am, bm, S, R)	Vegetarisches Schnitzel auf Couscous mit Gemüse und Joghurt-Minz-Dip (aw, uw, go, ae, am)	Spaghetti mit fruchtiger Tomatensoße und Jägerschnitzel (3, aw, uw, ae, bm, bc, 15, S)		Käsehacksteak mit Rahmgemüse und Salzkartoffeln (aw, uw, ae, am, S)	
		Energie pro Portion: 1912 kJ, 456 kcal	Energie pro Portion: 2076 kJ, 496 kcal	Energie pro Portion: 2465 kJ, 588 kcal	Energie pro Portion: 2362 kJ, 564 kcal	Energie pro Portion: 2933 kJ, 701 kcal		Energie pro Portion: 2770 kJ, 661 kcal	
	III (rot)	Balkansalat (Gurke, Tomate, Eisbergsalat, Hirtenkäse) mit American Dressing (ae, ay, am, bm)	Bockwurst mit buntem Kartoffelsalat und Salatbeilage (1, 2, 3, 7, aw, uw, ae, ay, am, bm, bc, 15, S, R)	Wrap mit Ei-Gemüse-Füllung (1, 3, aw, uw, ae, am)	Wellnesssalat (Eisbergsalat, Chicoree, Birne, Weintrauben, Sultaninen, Vorderschinken), dazu Dressing (3, 7, am, bc, 15, S)	Mozzarella auf gemischtem Salat mit dunklem Balsamicodressing und Vollkornbrötchen (aw, ay, am, bm, au, nl)			
		Energie pro Portion: 1894 kJ, 452 kcal	Energie pro Portion: 2260 kJ, 540 kcal	Energie pro Portion: 1984 kJ, 474 kcal	Energie pro Portion: 1087 kJ, 259 kcal	Energie pro Portion: 1513 kJ, 361 kcal			
	IV (grün)	Schweinesteak mit Champignons, Buttererbsen und Kroketten (aw, uw, am, S)	Paniertes Seelachsfilet mit Honig-Senf-Soße, Kartoffelbrei und gemischter Blattsalat (aw, uw, af, am, bm, F)	Mailänder Backhuhn mit Käse-Sahnesoße und grünen Bandnudeln (aw, uw, am, G)	Brathering mit Bratkartoffeln und Gurken-Radieschen-Salat (1, aw, uw, af, ay, au, F)	Putenbraten mit Geflügelsoße, jungen Erbsen und Salzkartoffeln (aw, uw, am, G)			
		Energie pro Portion: 3123 kJ, 747 kcal	Energie pro Portion: 2851 kJ, 680 kcal	Energie pro Portion: 3056 kJ, 730 kcal	Energie pro Portion: 3137 kJ, 749 kcal	Energie pro Portion: 2368 kJ, 565 kcal			
	Dessert	Mousse au Chocolate (am, S)	Mandarinenkompott	Pfirsich	Erdbeerquark mit Schokostreusel (ay, am)	Grießpudding mit Kirschen (1, aw, uw, am)			
		Energie pro Portion: 650 kJ, 155 kcal	Energie pro Portion: 522 kJ, 125 kcal	Energie pro Portion: 213 kJ, 51 kcal	Energie pro Portion: 846 kJ, 201 kcal	Energie pro Portion: 589 kJ, 141 kcal			

1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 5 - mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n), 7 - mit Phosphat, 8 - gewachst, 11 - chininhaltig, aw - enthält glutenhaltiges Getreide\*, uw - enthält Weizen\*, nr - enthält Roggen\*, gb - enthält Gerste\*, go - enthält Hafer\*, gs - enthält Dinkel\*, gk - enthält Kamut\*, as - enthält Sesam\*, ac - enthält Krebstiere\*, ae - enthält Eier\*, af - enthält Fische\*, ay - enthält Sojabohnen\*, am - enthält Milch einschl. Laktose\*, bm - enthält Senf\*, bc - enthält Sellerie\*, an - enthält Schalenfrüchte\*, ap - enthält Erdnüsse\*, sw - enthält Walnüsse\*, sh - enthält Haselnüsse\*, sa - enthält Mandeln\*, sc - enthält Kaschunüsse\*, sm - enthält Macadamianüsse\*, sr - enthält Paranüsse\*, st - enthält Pistazien\*, sp - enthält Pecannüsse\*, au - enthält Schwefeldioxid und Sulfite, nl - enthält Lupinen\*, um - enthält Weichtiere\*, 6 - enthält eine Phenylalaninquelle, 15 - mit Nitritpökelsalz, S - Schweinefleisch, R - Rindfleisch, F - Fisch, G - Geflügel  
\*und daraus gewonnene Erzeugnisse

# Speiseplan ASB vom 08.07. bis 14.07.2019

Tel.: 0355 / 703040

Wo	Menü	Montag 08.07.2019	Dienstag 09.07.2019	Mittwoch 10.07.2019	Donnerstag 11.07.2019	Freitag 12.07.2019	Samstag 13.07.2019	Sonntag 14.07.2019	
Speiseplan vom 08.07.2019 bis 14.07.2019, 28. Kalenderwoche	<b>I (blank)</b>	<i>Vegetarischer Spargel-Gemüse Eintopf (Erbsen, Karotten, Kartoffel), dazu ein Brötchen (aw, uw, am)</i>	<i>Vegetarischer Blumenkohl-Kartoffel-Topf, dazu Mischbrot (aw, uw, nr, as, am)</i>	<i>Wirsingkohleintopf mit Schweinefleisch, dazu Vollkornbrot (aw, uw, nr, as, bc, S, R)</i>	<i>Holsteiner Kartoffel-Gemüse-Eintopf mit Jagdwurstwürfel, dazu Sonnenblumenbrot (3, 7, aw, uw, nr, gb, am, bm, bc, au, 15, S, R)</i>	<i>Maisgrießbrei mit Pfirsichkompott (3, am)</i>	<i>Pichelsteiner Eintopf mit Wurzelgemüse (Sellerie, Möhren, Porree) und Schweinefleisch, dazu Vollkornbrot (aw, uw, nr, as, am, bc, S)</i>		
		Energie pro Portion: 1415 kJ, 339 kcal	Energie pro Portion: 2411 kJ, 575 kcal	Energie pro Portion: 1911 kJ, 457 kcal	Energie pro Portion: 2596 kJ, 620 kcal	Energie pro Portion: 3633 kJ, 867 kcal	Energie pro Portion: 1563 kJ, 374 kcal		
	<b>II (schwarz)</b>	<i>Schinkennudeln mit fruchtiger Tomatensoße und Reibekäse (3, 7, aw, uw, am, bc, 15, S)</i>	<i>Geflügel-Köttbullar (Fleischbällchen) mit Tomatensoße, Erbsen-Mais-Gemüse und Reis (aw, uw, ae, am, G)</i>	<i>Gekochte Eier in Senfsoße mit Petersilienkartoffeln, dazu Weißkraut-Gurkensalat (aw, uw, ae, am, bm)</i>	<i>Kartoffelauflauf mit Blattspinat und Käse überbacken (ae, am, bc)</i>	<i>Panierter Blumenkohl-Käse-Stern auf Möhrenmixgemüse mit Kräutersoße und Salzkartoffeln (aw, uw, ae, am, bc)</i>		<i>Sauerbraten vom Rind, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (aw, uw, am, bc, R)</i>	
		Energie pro Portion: 2547 kJ, 608 kcal	Energie pro Portion: 2852 kJ, 681 kcal	Energie pro Portion: 2510 kJ, 599 kcal	Energie pro Portion: 1446 kJ, 345 kcal	Energie pro Portion: 2186 kJ, 521 kcal		Energie pro Portion: 2492 kJ, 594 kcal	
	<b>III (rot)</b>	<i>Bunter Salat (Feldsalat, Gurke, Paprika, Mais, Cherrytomaten) mit gebackenem Fetakäse und fruchtigem Dressing (3, aw, uw, nr, gb, am, au)</i>	<i>Fladenbrot mit frischem Gemüse und Weißkäsewürfel (aw, uw, as, ae, am, bm)</i>	<i>Fitnesssalat (Eisbergsalat, Tomate, Mais, Möhre, Gurke, Kohlrabi) mit Falafelbällchen, dazu Joghurdressing (aw, uw, am, bc)</i>	<i>Gegrillte Hähnchenbrust auf fruchtigem Curryreissalat (am, G)</i>	<i>Schmorgurken in Dillrahm mit Salzkartoffeln (aw, uw)</i>			
		Energie pro Portion: 1108 kJ, 264 kcal	Energie pro Portion: 3526 kJ, 841 kcal	Energie pro Portion: 612 kJ, 146 kcal	Energie pro Portion: 1785 kJ, 427 kcal	Energie pro Portion: 1469 kJ, 350 kcal			
	<b>IV (grün)</b>	<i>Schweinegeschnetzeltes mit Apfel-Rotkohl und Kartoffelklößen (3, aw, uw, am, S, R)</i>	<i>Kasslersteak mit Röstzwiebeln und Bratkartoffeln, dazu Tomatensalat (3, 15, S)</i>	<i>Feuerfleisch vom Schwein, Speckbohnen und Rosmarinkartoffeln (3, aw, uw, am, 15, S)</i>	<i>Gebratenes Forellenfilet auf Petersiliencremesoße mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln (aw, uw, af, am, F)</i>	<i>Hähnchenbrustfilet "Melba" mit Pfirsich und Käse überbacken, Erbsen und Currysoße, dazu Reis (aw, uw, am, G)</i>			
		Energie pro Portion: 1957 kJ, 468 kcal	Energie pro Portion: 2835 kJ, 677 kcal	Energie pro Portion: 2251 kJ, 538 kcal	Energie pro Portion: 1433 kJ, 341 kcal	Energie pro Portion: 4135 kJ, 988 kcal			
	<b>Dessert</b>	<i>Schokopudding mit Vanillesoße (1, am)</i>	<i>Erdbeerkompott</i>	<i>Buttermilchdessert mit Mango (am)</i>	<i>Mirabellenkompott (3)</i>	<i>Banane</i>			
		Energie pro Portion: 681 kJ, 163 kcal	Energie pro Portion: 401 kJ, 96 kcal	Energie pro Portion: 618 kJ, 147 kcal	Energie pro Portion: 586 kJ, 140 kcal	Energie pro Portion: 557 kJ, 133 kcal			

1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 5 - mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n), 7 - mit Phosphat, 8 - gewachst, 11 - chininhaltig, aw - enthält glutenhaltiges Getreide\*, uw - enthält Weizen\*, nr - enthält Roggen\*, gb - enthält Gerste\*, go - enthält Hafer\*, gs - enthält Dinkel\*, gk - enthält Kamut\*, as - enthält Sesam\*, ac - enthält Krebstiere\*, ae - enthält Eier\*, af - enthält Fische\*, ay - enthält Sojabohnen\*, am - enthält Milch einschl. Laktose\*, bm - enthält Senf\*, bc - enthält Sellerie\*, an - enthält Schalenfrüchte\*, ap - enthält Erdnüsse\*, sw - enthält Walnüsse\*, sh - enthält Haselnüsse\*, sa - enthält Mandeln\*, sc - enthält Kaschunüsse\*, sm - enthält Macadamianüsse\*, sr - enthält Paranüsse\*, st - enthält Pistazien\*, sp - enthält Pecannüsse\*, au - enthält Schwefeldioxid und Sulfite, nl - enthält Lupinen\*, um - enthält Weichtiere\*, 6 - enthält eine Phenylalaninquelle, 15 - mit Nitritpökelsalz, S - Schweinefleisch, R - Rindfleisch, F - Fisch, G - Geflügel

\*und daraus gewonnene Erzeugnisse

# Speiseplan ASB vom 15.07. bis 21.07.2019

Tel.: 0355 / 703040

Wo	Menü	Montag 15.07.2019	Dienstag 16.07.2019	Mittwoch 17.07.2019	Donnerstag 18.07.2019	Freitag 19.07.2019	Samstag 20.07.2019	Sonntag 21.07.2019	
Speiseplan vom 15.07.2019 bis 21.07.2019, 29. Kalenderwoche	<b>I (blank)</b>	<b>Graupeneintopf mit jungem Gemüse</b> (Karotten, Sellerie, Porree, Kohlrabi) <b>und Rindfleisch</b> , dazu Mischbrot (aw, uw, nr, gb, as, bc, R)	<b>Vegetarischer Pichelsteiner Eintopf mit Wurzelgemüse</b> (Sellerie, Möhren, Porree), dazu Sonnenblumenbrot (aw, as, bc)	<b>Kesselgulasch mit Kartoffeln, Paprika und Rindfleisch</b> , dazu Brötchen (aw, uw, R)	<b>Milchreis</b> mit Zucker/Zimt und Sauerkirschsoße (am)	<b>Spargel-Gemüseintopf</b> (Karotten, Erbsen) <b>mit Sahne</b> , dazu Vollkornbrot (aw, uw, nr, as, am)	<b>Wirsingkohleintopf mit Schweinefleisch</b> , dazu Vollkornbrot (aw, uw, nr, as, bc, S, R)		
		Energie pro Portion: 3001 kJ, 717 kcal	Energie pro Portion: 1215 kJ, 290 kcal	Energie pro Portion: 1935 kJ, 462 kcal	Energie pro Portion: 4065 kJ, 970 kcal	Energie pro Portion: 1197 kJ, 286 kcal	Energie pro Portion: 1911 kJ, 457 kcal		
	<b>II (schwarz)</b>	<b>Kartoffel-Frischkäse-Tasche</b> mit buntem Rahmgemüse (Fingermöhren, Blumenkohl, Mais) (aw, uw, am)	<b>Auflauf "Mussaka"</b> (Aubergine, Zucchini, Tomate und Hackfleisch vom Schwein, Käse) (aw, uw, nr, go, ae, ay, am, bc, S)	<b>Lachswürfel in Spreewälder Gemüesoße</b> (Porree, Sellerie, Möhren) mit Brokkoliröschen und Salzkartoffeln (3, aw, uw, af, am, bc, au, F)	<b>Tortellini (Käsefüllung)</b> mit Spinatsoße, dazu gemischter Salat (Gurke, Eisberg, Tomate, Möhre) (2, aw, uw, ae, am)	<b>Wurstgulasch vom Schwein</b> mit Tomaten, Zwiebeln, Paprika auf Vollkornnudeln, dazu Chinakohlsalat mit Joghurtmarinade (3, 7, aw, uw, am, bm, bc, 15, S, R)		<b>Gedünstete Hähnchenbrust</b> mit Petersiliensoße, Fingermöhren und Salzkartoffeln (aw, uw, am, G)	
		Energie pro Portion: 2781 kJ, 666 kcal	Energie pro Portion: 1748 kJ, 417 kcal	Energie pro Portion: 1630 kJ, 388 kcal	Energie pro Portion: 2677 kJ, 639 kcal	Energie pro Portion: 3036 kJ, 726 kcal	Energie pro Portion: 1960 kJ, 468 kcal		
	<b>III (rot)</b>	<b>Wellnesssalat</b> (Eisbergsalat, Chicoree, Birne, Weintrauben, Sultaninen, Vorderschinken), dazu Dressing (3, 7, am, bc, 15, S)	<b>2 Bagel</b> mit Kochschinken, Gemüse und Emmentaler (3, 7, aw, uw, nr, as, am, bm, bc, au, 15, S)	<b>Feiner Salatteller</b> (Champignons, Spargel, Brokkoli, Feldsalat, gekochtes Ei), dazu American-Dressing (3, ae, am, bm, bc, au)	<b>Paniertes Schweineschnitzel</b> mit Tomatenketchup und buntem Nudelsalat (1, 3, aw, uw, ae, am, bm, bc, S)	<b>Wrap</b> mit Chickenfüllung und gemischtem Salat (1, 3, aw, uw, ae, am, G)			
		Energie pro Portion: 1087 kJ, 259 kcal	Energie pro Portion: 3231 kJ, 771 kcal	Energie pro Portion: 1357 kJ, 324 kcal	Energie pro Portion: 2845 kJ, 680 kcal	Energie pro Portion: 1762 kJ, 421 kcal			
	<b>IV (grün)</b>	<b>Rinderschmorbraten</b> in Bratensoße mit Rotkohl und Salzkartoffeln (3, aw, uw, bm, bc, R)	<b>Schweinesteak</b> mit Zigeunersoße (Speck und Jagdwurststreifen), jungen Erbsen und Bratkartoffeln (3, 7, aw, uw, am, bm, bc, 15, S)	<b>Schweinegeschnetzeltes "Züricher Art"</b> (Champignons) mit Salzkartoffeln, dazu Rote Bete-Apfel-Salat (3, aw, uw, am, S)	<b>Gebackene Hähnchenkeule</b> in Geflügelsoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln (3, aw, uw, am, G)	<b>Matjesfilet</b> in Remoulade, Bratkartoffeln und Weißkraut-Möhren-Gurkensalat (1, 2, 3, ae, af, am, bm, F)			
		Energie pro Portion: 1796 kJ, 429 kcal	Energie pro Portion: 3775 kJ, 901 kcal	Energie pro Portion: 2218 kJ, 530 kcal	Energie pro Portion: 2648 kJ, 633 kcal	Energie pro Portion: 4038 kJ, 963 kcal			
	<b>Dessert</b>	<b>Rote Grütze mit Vanillesoße</b> (ae, am)	<b>Pfirsich</b>	<b>Fruchtjoghurt mit Heidelbeeren</b> (am)	<b>Ananaskompott</b>	<b>Vanillepudding</b> (am)			
		Energie pro Portion: 616 kJ, 147 kcal	Energie pro Portion: 213 kJ, 51 kcal	Energie pro Portion: 366 kJ, 87 kcal	Energie pro Portion: 551 kJ, 132 kcal	Energie pro Portion: 618 kJ, 147 kcal			

1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 5 - mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n), 7 - mit Phosphat, 8 - gewachst, 11 - chininhaltig, aw - enthält glutenhaltiges Getreide\*, uw - enthält Weizen\*, nr - enthält Roggen\*, gb - enthält Gerste\*, go - enthält Hafer\*, gs - enthält Dinkel\*, gk - enthält Kamut\*, as - enthält Sesam\*, ac - enthält Krebstiere\*, ae - enthält Eier\*, af - enthält Fische\*, ay - enthält Sojabohnen\*, am - enthält Milch einschl. Laktose\*, bm - enthält Senf\*, bc - enthält Sellerie\*, an - enthält Schalenfrüchte\*, ap - enthält Erdnüsse\*, sw - enthält Walnüsse\*, sh - enthält Haselnüsse\*, sa - enthält Mandeln\*, sc - enthält Kaschunüsse\*, sm - enthält Macadamiannüsse\*, sr - enthält Paranüsse\*, st - enthält Pistazien\*, sp - enthält Pecannüsse\*, au - enthält Schwefeldioxid und Sulfite, nl - enthält Lupinen\*, um - enthält Weichtiere\*, 6 - enthält eine Phenylalaninquelle, 15 - mit Nitritpökelsalz, S - Schweinefleisch, R - Rindfleisch, F - Fisch, G - Geflügel  
\*und daraus gewonnene Erzeugnisse

# Speiseplan ASB vom 22.07. bis 28.07.2019

Tel.: 0355 / 703040

Wo	Menü	Montag 22.07.2019	Dienstag 23.07.2019	Mittwoch 24.07.2019	Donnerstag 25.07.2019	Freitag 26.07.2019	Samstag 27.07.2019	Sonntag 28.07.2019
Speiseplan vom 22.07.2019 bis 28.07.2019, 30. Kalenderwoche	I (blank)	<b>Vegetarischer Kohlrabi-Möhren-Eintopf</b> mit Kartoffeln, dazu <i>Mischbrot</i> (aw, uw, nr, as)	<b>Soljanka</b> (Jagdwurststreifen, Gewürzgurke, Paprika, Sauerkraut und Saure Sahne), dazu ein Brötchen (3, aw, uw, am, bm, 15, S)	<b>Pizzaeintopf mit Hackfleisch vom Schwein</b> (Mais, Paprika, Champignons), dazu ein Baguettebrötchen (1, aw, uw, am, S, R)	<b>Süße Quarkkeulchen</b> mit Apfelmus und Zucker (3, aw, uw, am)	<b>Vegetarischer Gemüseintopf</b> (Grüne Bohnen, Möhren, Blumenkohl) <b>mit Kartoffelwürfel und Eierstich</b> , dazu Roggenbrot (aw, uw, nr, as, ae, am)	<b>Brühkartoffeln mit Schweinefleisch und Wurzelgemüse</b> (Möhre, Sellerie, Porree), dazu Vollkornbrot (aw, uw, nr, as, bc, S)	
		Energie pro Portion: 1558 kJ, 371 kcal	Energie pro Portion: 2756 kJ, 658 kcal	Energie pro Portion: 3566 kJ, 852 kcal	Energie pro Portion: 3995 kJ, 955 kcal	Energie pro Portion: 1862 kJ, 444 kcal	Energie pro Portion: 1773 kJ, 423 kcal	
	II (schwarz)	<b>Frikadelle vom Schwein</b> mit Bratensoße, Grüne Bohnengemüse und Salzkartoffeln (aw, uw, ae, am, bm, S)	<b>Bunte Fusilli (Nudeln)</b> mit <i>Tomaten-Frischkäse-Soße</i> , dazu <i>Gurken-Radieschen-Salat</i> (aw, uw, am, au)	<b>Rührei</b> mit <i>Rahmspinat</i> und <i>Salzkartoffeln</i> (aw, uw, ae, am)	<b>Frischer Blumenkohl in holländischer Soße</b> mit <i>Petersilienkartoffeln</i> (aw, uw, am)	<b>Seelachs-Fischfrikadelle</b> an Dillsoße mit Balkangemüse (Erbsen, Bohnen, Mais) und Salzkartoffeln, (3, aw, uw, af, am, au, F)		<b>Kräuterbraten vom Schwein</b> mit Bratensoße, Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln (aw, uw, am, S)
		Energie pro Portion: 1966 kJ, 469 kcal	Energie pro Portion: 2205 kJ, 527 kcal	Energie pro Portion: 2403 kJ, 573 kcal	Energie pro Portion: 1404 kJ, 334 kcal	Energie pro Portion: 2254 kJ, 537 kcal		Energie pro Portion: 2100 kJ, 501 kcal
	III (rot)	<b>Balkansalat</b> (Gurke, Tomate, <i>Eisbergsalat, Hirtenkäse</i> ) mit <i>American Dressing</i> (ae, ay, am, bm)	<b>Sommersalat</b> (Tomate, Mischsalat, Gurke, Eisbergsalat, Putenbrust, Radieschen, Kohlrabi), dazu Dressing und Baguettebrot (1, 3, 7, ae, am, bc, 15, G)	<b>Ciabatta "Caprese"</b> mit <i>Tomaten, Rucola,</i> <i>Pesto und Mozzarella</i> (aw, uw, gb, am)	<b>Chicken Wings</b> auf gemischtem Salat mit Dressing und Baguettebrot (am, G)	<b>Baguette "Afrika"</b> mit Thunfisch, Ei und Salat (1, 2, 3, aw, uw, gb, ae, af, F)		
		Energie pro Portion: 1894 kJ, 452 kcal	Energie pro Portion: 1049 kJ, 251 kcal	Energie pro Portion: 2518 kJ, 605 kcal	Energie pro Portion: 1389 kJ, 331 kcal	Energie pro Portion: 3457 kJ, 826 kcal		
	IV (grün)	<b>Hühnerfrikassee mit Champignons, Spargel und Blumenkohl</b> , dazu Reis (3, am, G)	<b>Seelachs-Backfischfilet</b> mit Remouladensoße und Bratkartoffeln, dazu <i>Gurken-Radieschen-Salat</i> (1, 3, aw, uw, ae, af, am, bm, au, F)	<b>Putenbrust mit Pfirsich und Käse überbacken</b> , Currysoße und Basmatireis (1, aw, uw, am, G)	<b>Gulasch vom Schwein</b> mit Apfelrotkohl und Klöße (3, aw, uw, S)	<b>Geschmorte Kohlroulade</b> mit Schmorkohlsoße und Salzkartoffeln (aw, uw, ae, am, bm, S)		
		Energie pro Portion: 2527 kJ, 604 kcal	Energie pro Portion: 4136 kJ, 986 kcal	Energie pro Portion: 3375 kJ, 807 kcal	Energie pro Portion: 2049 kJ, 490 kcal	Energie pro Portion: 1981 kJ, 472 kcal		
	Dessert	<b>Weintrauben</b>	<b>Zitronenmousse</b> (1, am)	<b>Mandarinenkompott</b>	<b>Naturjoghurt mit Honig</b> (am)	<b>Birne</b>		
		Energie pro Portion: 446 kJ, 107 kcal	Energie pro Portion: 491 kJ, 117 kcal	Energie pro Portion: 522 kJ, 125 kcal	Energie pro Portion: 383 kJ, 91 kcal	Energie pro Portion: 219 kJ, 52 kcal		

1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 5 - mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n), 7 - mit Phosphat, 8 - gewachst, 11 - chininhaltig, aw - enthält glutenhaltiges Getreide\*, uw - enthält Weizen\*, nr - enthält Roggen\*, gb - enthält Gerste\*, go - enthält Hafer\*, gs - enthält Dinkel\*, gk - enthält Kamut\*, as - enthält Sesam\*, ac - enthält Krebstiere\*, ae - enthält Eier\*, af - enthält Fische\*, ay - enthält Sojabohnen\*, am - enthält Milch einschl. Laktose\*, bm - enthält Senf\*, bc - enthält Sellerie\*, an - enthält Schalenfrüchte\*, ap - enthält Erdnüsse\*, sw - enthält Walnüsse\*, sh - enthält Haselnüsse\*, sa - enthält Mandeln\*, sc - enthält Kaschunüsse\*, sm - enthält Macadamianüsse\*, sr - enthält Paranüsse\*, st - enthält Pistazien\*, sp - enthält Pecannüsse\*, au - enthält Schwefeldioxid und Sulfite, nl - enthält Lupinen\*, um - enthält Weichtiere\*, 6 - enthält eine Phenylalaninquelle, 15 - mit Nitritpökelsalz, S - Schweinefleisch, R - Rindfleisch, F - Fisch, G - Geflügel  
\*und daraus gewonnene Erzeugnisse

Wo	Menü	Montag 29.07.2019	Dienstag 30.07.2019	Mittwoch 31.07.2019	Donnerstag 01.08.2019	Freitag 02.08.2019	Samstag 03.08.2019	Sonntag 04.08.2019	
Speiseplan vom 29.07.2019 bis 04.08.2019, 31. Kalenderwoche	I (blank)	<b>Kürbis-Kartoffelsuppe</b> , dazu Baguette (aw, bm, bc)	<b>Linseneintopf "süß-sauer"</b> mit Kasslerfleisch, dazu Vollkornbrot (3, aw, uw, nr, as, bc, 15, S, R)	<b>Hefeklöße</b> mit Heidelbeersoße (aw, uw, ae)	<b>Grüne Bohneneintopf</b> mit Kasslerwürfeln, Kartoffeln und Wurzelgemüse (Sellerie, Porree, Möhren), dazu Roggenbrot (3, aw, uw, nr, as, 15, S)	<b>Fadennudelsuppe</b> mit Hühnerfleisch und Gemüse, dazu Vollkornbrot (aw, uw, nr, as, ae, bc, G)	<b>Sommertagessuppe</b> (Karotten, Bohnen, Blumenkohl, Erbsen, Kohlrabi, Kartoffeln), dazu Mehrkornbrot (aw, uw, as)		
		Energie pro Portion: 1473 kJ, 352 kcal	Energie pro Portion: 1922 kJ, 459 kcal	Energie pro Portion: 2681 kJ, 640 kcal	Energie pro Portion: 1531 kJ, 365 kcal	Energie pro Portion: 2022 kJ, 483 kcal	Energie pro Portion: 1666 kJ, 398 kcal		
	II (schwarz)	<b>"Bolognese" - Tomaten-Hackfleisch-Soße vom Schwein</b> (Tomate, Sellerie, Porree) mit Hörnchennudeln (aw, uw, ae, bc, S, R)	<b>Gefüllte Paprikaschote</b> mit fruchtiger Tomatensoße und Gemüsereis (aw, uw, ae, S)	<b>Schupfnudelpfanne</b> (Kartoffelnudeln, Wirsingkohl, Möhren, Erbsen) mit Waldpilzsoße (3, aw, uw, ae, am, R)	<b>Bauernsülze</b> mit Remoulade, Bratkartoffeln und Weißkraut-Gurken-Salat (1, 3, 7, ae, am, bm, bc, 15, S)	<b>Gebratene Jagdwurstscheibe</b> mit fruchtiger Tomatensoße und Vollkornspirelli, dazu Eisbergsalat mit Essig-Öl-Dressing (3, aw, uw, bm, bc, 15, S)		<b>Kasslerückenbraten</b> mit Bratensoße, Sauerkraut und Salzkartoffeln (3, aw, uw, bm, bc, 15, S, R)	
		Energie pro Portion: 2265 kJ, 541 kcal	Energie pro Portion: 2097 kJ, 501 kcal	Energie pro Portion: 2145 kJ, 512 kcal	Energie pro Portion: 3367 kJ, 803 kcal	Energie pro Portion: 3189 kJ, 762 kcal		Energie pro Portion: 2122 kJ, 507 kcal	
	III (rot)	<b>Salat "Karibik"</b> (Chicoree, Apfel, Ananas, Weintrauben, Kochschinken, Mandeln) mit Quark-Joghurt- Orangen Dressing (3, 7, am, bm, bc, an, sa, 15, S)	<b>Gemüselasagne</b> (Zucchini, Tomate, Aubergine) mit Kräutersoße und Käse überbacken (aw, uw, ae, am)	<b>Bunter Salat</b> (Feldsalat, Gurke, Paprika, Mais, Cherrytomaten) mit gebackenem Fetakäse und fruchtigem Dressing (3, aw, uw, nr, gb, am, au)	<b>Orientalischer CousCous-Gemüse-Salat mit Früchten</b> , Chicken Wings und Joghurt Dip (3, aw, uw, am, bc, G)	<b>Fladenbrot</b> mit frischem Gemüse und Weißkäsewürfel (aw, uw, as, ae, am, bm)			
		Energie pro Portion: 1662 kJ, 397 kcal	Energie pro Portion: 989 kJ, 236 kcal	Energie pro Portion: 1108 kJ, 264 kcal	Energie pro Portion: 2951 kJ, 704 kcal	Energie pro Portion: 3526 kJ, 841 kcal			
	IV (grün)	<b>Schlemmerfisch</b> mit Brokkoli, Soße "Spreewälder Art" (Porree, Sellerie, Möhren) und Salzkartoffeln, dazu Gurkensalat (3, aw, af, am, bc, au, F)	<b>Gulasch von der Pute</b> mit Erbsen-Möhren- Gemüse und Vollkornreis (aw, uw, am, G)	<b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b> auf Blumenkohl und Brokkoli in holländischer Soße mit Salzkartoffeln (aw, uw, am, G)	<b>Gedünstetes Kabeljaufilet</b> mit Dillsauce, Brokkoligemüse und Süßkartoffelpüree (3, aw, uw, af, am, au, F)	<b>Hackbraten</b> mit Bratensoße, Grüne Bohnen und Salzkartoffeln (aw, uw, am, bm, S)			
		Energie pro Portion: 3007 kJ, 719 kcal	Energie pro Portion: 2953 kJ, 705 kcal	Energie pro Portion: 2257 kJ, 538 kcal	Energie pro Portion: 2438 kJ, 580 kcal	Energie pro Portion: 2075 kJ, 495 kcal			
	Dessert	<b>Karamellpudding (am)</b>	<b>Birnenquarkspeise (3, am)</b>	<b>Pflaumen</b>	<b>Grißpudding mit Sahne (aw, uw, am)</b>	<b>Aprikosenkompott</b>			
		Energie pro Portion: 489 kJ, 117 kcal	Energie pro Portion: 488 kJ, 116 kcal	Energie pro Portion: 246 kJ, 59 kcal	Energie pro Portion: 730 kJ, 174 kcal	Energie pro Portion: 494 kJ, 119 kcal			

1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 5 - mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n), 7 - mit Phosphat, 8 - gewachst, 11 - chininhaltig, aw - enthält glutenhaltiges Getreide\*, uw - enthält Weizen\*, nr - enthält Roggen\*, gb - enthält Gerste\*, go - enthält Hafer\*, gs - enthält Dinkel\*, gk - enthält Kamut\*, as - enthält Sesam\*, ac - enthält Krebstiere\*, ae - enthält Eier\*, af - enthält Fische\*, ay - enthält Sojabohnen\*, am - enthält Milch einschl. Laktose\*, bm - enthält Senf\*, bc - enthält Sellerie\*, an - enthält Schalenfrüchte\*, ap - enthält Erdnüsse\*, sw - enthält Walnüsse\*, sh - enthält Haselnüsse\*, sa - enthält Mandeln\*, sc - enthält Kaschunüsse\*, sm - enthält Macadamianüsse\*, sr - enthält Paranüsse\*, st - enthält Pistazien\*, sp - enthält Pecannüsse\*, au - enthält Schwefeldioxid und Sulfite, nl - enthält Lupinen\*, um - enthält Weichtiere\*, 6 - enthält eine Phenylalaninquelle, 15 - mit Nitritpökelsalz, S - Schweinefleisch, R - Rindfleisch, F - Fisch, G - Geflügel  
\*und daraus gewonnene Erzeugnisse