

## Speiseplan ASB vom 30.09. bis 06.10.2019

Wo	Menü	Montag 30.09.2019	Dienstag 01.10.2019	Mittwoch 02.10.2019	Donnerstag 03.10.2019	Freitag 04.10.2019	Samstag 05.10.2019	Sonntag 06.10.2019	
Speiseplan vom 30.09.2019 bis 06.10.2019, 40. Kalenderwoche	<b>I (blank)</b>	<i>Vegetarischer Linseneintopf (Kartoffeln, Möhren, Sellerie), dazu Weizenmischbrot (aw, uw, nr, as, bc)</i>	<b>Kesselgulasch vom Rind mit Kartoffeln und Paprika,</b> dazu Baguettebrötchen (aw, uw, R)	<b>Wirsingkohleintopf mit Schweinefleisch,</b> dazu Vollkornbrot (aw, uw, nr, as, bc, S, R)		<b>Süße Quarkkeulchen mit Apfelmus und Zucker (3, aw, uw, am)</b>	<b>Graupeneintopf mit Kassler,</b> dazu Vollkornbrot (3, aw, uw, nr, gb, as, bc, 15, S)		
		Energie pro Portion: 2947 kJ, 704 kcal	Energie pro Portion: 2402 kJ, 574 kcal	Energie pro Portion: 1894 kJ, 452 kcal		Energie pro Portion: 3995 kJ, 955 kcal	Energie pro Portion: 2683 kJ, 640 kcal		
	<b>II (schwarz)</b>	<i>Rührei mit Kartoffelbrei, dazu Gurkensalat mit Sauerrahm (aw, uw, ae, am)</i>	<b>Vegetarische Kochklopse in Kapernsoße mit Möhren-Kartoffelbrei, dazu Rotkohl-Apfel-Salat (3, aw, uw, ae, ay, am, bm, bc)</b>	<b>Schinkennudeln</b> mit fruchtiger Tomatensoße und Reibekäse (aw, uw, ae, am)	<b>Wildschweingulasch</b> mit Rotkohl, Preiselbeerrahm und Kartoffelklöße (3, am, bc, S)		<b>Putenbruststeak</b> auf gebundenem Ratatouillegemüse (Paprika, Tomaten, Aubergine, Zucchini) mit Couscous (aw, uw, G)		<b>Rindergemüsegulasch</b> (Rindfleisch, Paprika, Zucchini, Champignons) und Salzkartoffeln (aw, uw, R)
		Energie pro Portion: 2447 kJ, 583 kcal	Energie pro Portion: 2825 kJ, 675 kcal	Energie pro Portion: 1564 kJ, 373 kcal	Energie pro Portion: 3490 kJ, 833 kcal	Energie pro Portion: 2122 kJ, 506 kcal		Energie pro Portion: 1632 kJ, 389 kcal	
	<b>III (rot)</b>	<i>Ciabatta "Caprese" mit Tomate, Rucola, Pesto und Mozzarella (aw, uw, gb, am)</i>	<b>Baguette "Afrika"</b> mit Thunfisch, Ei und Salat (1, 2, 3, aw, uw, gb, ae, af, F)	<b>Griechischer Bauern-Salat</b> mit Hirtenkäse, Oliven und Zwiebeln, dazu Baguettebrot (aw, am)		<b>"Wiener Strudel" - Apfelstrudel mit Dessertsoße Vanille (1, 3, aw, uw, am)</b>			
		Energie pro Portion: 2518 kJ, 605 kcal	Energie pro Portion: 1729 kJ, 413 kcal	Energie pro Portion: 1972 kJ, 471 kcal		Energie pro Portion: 2620 kJ, 626 kcal			
	<b>IV (grün)</b>	<b>Hacksteak vom Rind</b> mit Bratensoße an Grünen Bohnen und Salzkartoffeln (aw, uw, ae, am, bm, R)	<b>Putengeschnetzeltes</b> mit Kaisergemüse (Möhren, Brokkoli, Blumenkohl) und Langkornreis (aw, uw, am, R, G)	<b>Schlemmerfisch "Bordelaise"</b> mit Zitronen-Butter-Soße an Möhren-Maisgemüse und Salzkartoffeln (aw, uw, af, am, F)		<b>Paniertes Schweineschnitzel</b> mit Bratensoße, Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln (aw, uw, am, bm, bc, S, R)			
		Energie pro Portion: 2341 kJ, 559 kcal	Energie pro Portion: 2721 kJ, 650 kcal	Energie pro Portion: 3957 kJ, 946 kcal		Energie pro Portion: 2232 kJ, 532 kcal			
	<b>Dessert</b>	<b>Obstsalat</b>	<b>Quarkcreme mit Schokoraspeln (ay, am)</b>	<b>Mousse au Chocolate (am, S)</b>		<b>Mandarinquarkspeise (am)</b>			
		Energie pro Portion: 275 kJ, 66 kcal	Energie pro Portion: 903 kJ, 215 kcal	Energie pro Portion: 650 kJ, 155 kcal		Energie pro Portion: 779 kJ, 186 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 07.10. bis 13.10.2019

Tel.: 0355 / 703040

Wo	Menü	Montag 07.10.2019	Dienstag 08.10.2019	Mittwoch 09.10.2019	Donnerstag 10.10.2019	Freitag 11.10.2019	Samstag 12.10.2019	Sonntag 13.10.2019	
Speiseplan vom 07.10.2019 bis 13.10.2019, 41. Kalenderwoche	I (blank)	Hackfleisch-Weißkohl-Eintopf, dazu Vollkornbrot (aw, uw, nr, as, am, bc, R)	<b>Brüheissuppentopf mit Sellerie, Porree, Erbsen, Möhren,</b> dazu <i>Mischbrot</i> (aw, uw, nr, as, bc)	<b>Kartoffelsuppe mit Wurzelgemüse</b> (Sellerie, Porree, Möhren) und Wiener Würstchen, dazu Vollkornbrot (aw, uw, nr, as, ay, bm, bc, S)	<b>Grießbrei mit Beerenfruchtsoße</b> (aw, uw, am)	<b>Vegetarische Minestrone mit Nudeln,</b> dazu Vollkornbrot (aw, uw, nr, as, bc)	<b>Kohlrübeneintopf mit Kassler,</b> dazu Vollkornbrot (3, aw, uw, nr, as, am, 15, S)		
		Energie pro Portion: 2126 kJ, 508 kcal	Energie pro Portion: 1523 kJ, 364 kcal	Energie pro Portion: 2273 kJ, 543 kcal	Energie pro Portion: 2671 kJ, 637 kcal	Energie pro Portion: 1606 kJ, 383 kcal	Energie pro Portion: 1445 kJ, 346 kcal		
	II (schwarz)	Fleischklößchen in Tomatensoße mit Hörnchennudeln (aw, uw, ae, G)	<b>Kartoffelauflauf</b> mit Brokkoli, Blumenkohl, Soße Hollandaise und Käse überbacken (aw, gb, ae, ay, am, bm, bc)	<b>Rührei</b> mit Kartoffelbrei, dazu Gurkensalat mit Sauerrahm (aw, uw, ae, am)	<b>Bauernsülze</b> mit Remoulade, Bratkartoffeln und Weißkraut-Gurken-Salat (1, 3, 7, ae, am, bm, bc, 15, S)	<b>Pikantes Nierenragout</b> und Kartoffelbrei, dazu Rote-Bete-Apfelsalat (3, aw, uw, am, S)		<b>Schweineroulade</b> mit Bratensoße, Rosenkohl und Salzkartoffeln (aw, uw, am, bm, S)	
		Energie pro Portion: 1890 kJ, 452 kcal	Energie pro Portion: 1390 kJ, 331 kcal	Energie pro Portion: 2447 kJ, 583 kcal	Energie pro Portion: 3477 kJ, 829 kcal	Energie pro Portion: 1677 kJ, 399 kcal	Energie pro Portion: 2473 kJ, 590 kcal		
	III (rot)	<b>Gebratener Sesam-Karotten-Stick</b> mit Kräutersoße, Blumenkohl und Salzkartoffeln (aw, uw, as, am, bc)	<b>Bunter Salat</b> (Feldsalat, Gurke, Paprika, Mais, Cherrytomaten) mit gebackenem Fetakäse und fruchtigem Dressing (3, aw, uw, nr, gb, am, au)	<b>Fladenbrot "Tandori"</b> mit Blattspinat, Knoblauch, Paprika, Currypaste und Hähnchenbrust (aw, uw, gb, gs, as, ay, am, G)	<b>Chicken Wings</b> auf gemischtem Salat mit Dressing und Baguettebrot (am, G)	<b>Baguette</b> mit Putenbrust, Gemüse, Salat und Curry Dip (1, 3, 7, aw, uw, ae, am, bm, 15, G)			
		Energie pro Portion: 2760 kJ, 658 kcal	Energie pro Portion: 1108 kJ, 264 kcal	Energie pro Portion: 2160 kJ, 515 kcal	Energie pro Portion: 1389 kJ, 331 kcal	Energie pro Portion: 2047 kJ, 489 kcal			
	IV (grün)	<b>Kasslerrückenbraten</b> in Bratensoße mit Sauerkraut und Kartoffelklöße (3, aw, uw, bm, 15, S, R)	<b>Rinder-Gemüse-Gulasch</b> (Paprika, Mais, Tomaten) mit Grünen Bohnen und Spätzle (aw, uw, ae, am, R)	<b>Eisbeinflisch</b> in Brühe, dazu buntes Sauerkraut und Kartoffel-Erbspüree (3, 7, am, bc, 15, S)	<b>Gebratenes Forellenfilet</b> auf Petersiliencremesoße mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln (aw, uw, af, am, F)	<b>Hühnerfrikassee mit Champignons, Spargel und Blumenkohl,</b> dazu Reis (3, am, G)			
		Energie pro Portion: 2118 kJ, 506 kcal	Energie pro Portion: 2795 kJ, 667 kcal	Energie pro Portion: 2843 kJ, 678 kcal	Energie pro Portion: 1433 kJ, 341 kcal	Energie pro Portion: 2527 kJ, 604 kcal			
	Dessert	<b>Fruchtcocktail (1)</b>	<b>Schokopudding mit Sahne</b> (aw, uw, am)	<b>Pfirsich</b>	<b>Bayrische Creme</b> (am)	<b>Apfelkompott (3)</b>			
		Energie pro Portion: 110 kJ, 26 kcal	Energie pro Portion: 1566 kJ, 374 kcal	Energie pro Portion: 213 kJ, 51 kcal	Energie pro Portion: 320 kJ, 76 kcal	Energie pro Portion: 186 kJ, 45 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 14.10. bis 20.10.2019

Tel.: 0355 / 703040

Wo	Menü	Montag 14.10.2019	Dienstag 15.10.2019	Mittwoch 16.10.2019	Donnerstag 17.10.2019	Freitag 18.10.2019	Samstag 19.10.2019	Sonntag 20.10.2019	
Speiseplan vom 14.10.2019 bis 20.10.2019, 42. Kalenderwoche	I (blank)	<b>Gemüseintopf "Mecklenburger Art" mit Sellerie, Porree, Erbsen, Möhren und Bohnen, dazu Vollkornbrot (aw, uw, nr, as, bc)</b>	<b>Milchreis mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus (3, am)</b>	<b>Kohlrabieintopf mit Rindfleisch, dazu Mehrkornbrot (aw, as, R)</b>	<b>Weißer Bohneneintopf mit Kassler, dazu Vollkornbrot (3, aw, uw, nr, as, bc, 15, S)</b>	<b>Italienischer Fischeintopf mit Gemüse und Nudeln, dazu Vollkornbrötchen (aw, uw, af, ay, nl, F)</b>	<b>Möhreneintopf mit Hühnerfleisch, dazu Brötchen (aw, am, bc, G)</b>		
		Energie pro Portion: 1718 kJ, 410 kcal	Energie pro Portion: 4007 kJ, 955 kcal	Energie pro Portion: 1670 kJ, 399 kcal	Energie pro Portion: 3306 kJ, 790 kcal	Energie pro Portion: 2987 kJ, 713 kcal	Energie pro Portion: 1651 kJ, 394 kcal		
	II (schwarz)	<b>Wurstgulasch mit Paprika und Zwiebel, dazu Spirelli (3, 7, aw, uw, bm, bc, 15, S, R)</b>	<b>Seelachsfiletwürfel mit Gemüsestreifen (Sellerie, Porree, Möhren) in Dillsahnesoße und Reis (3, 5, aw, uw, af, am, bc, au, F)</b>	<b>Rührei auf Blattspinat mit Kartoffelbrei, dazu Möhren-Apfel-Salat (3, aw, uw, ae, am)</b>	<b>Ungarisches Hühnerfleisch (Paprika, Erbsen, Mais) mit Vollkornreis, dazu Weißkraut-Gurken- Salat (aw, uw, am, G)</b>	<b>2 Geflügelfrikadellen mit Champignonsoße, Salzkartoffeln und Bohnensalat (3, aw, uw, ae, am, bm, G)</b>		<b>Sauerbraten vom Schwein mit Rotkohl und Kartoffelklößen (3, aw, uw, am, bm, 15, S, R)</b>	
		Energie pro Portion: 2330 kJ, 557 kcal	Energie pro Portion: 1956 kJ, 467 kcal	Energie pro Portion: 2821 kJ, 673 kcal	Energie pro Portion: 2736 kJ, 653 kcal	Energie pro Portion: 2293 kJ, 548 kcal		Energie pro Portion: 2719 kJ, 650 kcal	
	III (rot)	<b>Käse und Eierspalten auf gemischtem Salat mit Joghurt Dressing, dazu Brötchen (1, aw, ae, am)</b>	<b>Salat "Karibik" (Chicoree, Apfel, Ananas, Weintrauben, Kochschinken, Mandeln) mit Quark-Joghurt- Orangen Dressing (3, 7, am, bm, bc, an, sa, 15, S)</b>	<b>"Sodexo - Cheeseburger" mit Rindfleisch, Kopfsalat, Tomate, Gewürzgurke, Zwiebel und Käse (1, aw, uw, ae, am, bm, R)</b>	<b>Kaiserschmarrn mit Puderzucker und Vanillesoße (aw, uw, ae, am)</b>	<b>Griechische Gemüsepfanne aus Zart-Weizen-Ebly, Tomaten, Möhren, Oliven, Bohnen und Weißkäse, dazu Zaziki-Quark-Dip (aw, uw, am)</b>			
		Energie pro Portion: 1219 kJ, 291 kcal	Energie pro Portion: 1662 kJ, 397 kcal	Energie pro Portion: 2179 kJ, 519 kcal	Energie pro Portion: 4867 kJ, 1162 kcal	Energie pro Portion: 1349 kJ, 320 kcal			
	IV (grün)	<b>Hähnchen "Cordon Bleu" mit Rahmsoße, Balkangemüse (Bohnen, Möhren, Erbsen, Mais) und Salzkartoffeln (2, 7, aw, uw, am, G)</b>	<b>Schweinesteak mit Champignons, Buttererbsen und Kroketten (aw, uw, am, S)</b>	<b>Gebackene Hähnchenkeule, Geflügelsoße, Rotkohl mit Ananas und Salzkartoffeln (aw, uw, am, G)</b>	<b>Feuerfleisch vom Schwein, Speckbohnen und Rosmarinkartoffeln (3, aw, uw, am, 15, S)</b>	<b>Kasslerrippchen mit Bratensoße, buntem Sauerkraut und Salzkartoffeln (aw, uw, bm, bc, S, R)</b>			
		Energie pro Portion: 3069 kJ, 732 kcal	Energie pro Portion: 3123 kJ, 747 kcal	Energie pro Portion: 2716 kJ, 649 kcal	Energie pro Portion: 2251 kJ, 538 kcal	Energie pro Portion: 2570 kJ, 613 kcal			
	Dessert	<b>Buttermilchdessert mit Limette (am)</b>	<b>Banane</b>	<b>Quarkspeise mit Heidelbeeren (am)</b>	<b>Ananaskompott</b>	<b>Karamellpudding (am)</b>			
		Energie pro Portion: 494 kJ, 118 kcal	Energie pro Portion: 557 kJ, 133 kcal	Energie pro Portion: 472 kJ, 112 kcal	Energie pro Portion: 551 kJ, 132 kcal	Energie pro Portion: 489 kJ, 117 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 Natrippökelsalz, S - Schweinefleisch, R - Rindfleisch, F - Fisch, G - Geflügel

\*und daraus gewonnene Erzeugnisse

# Speiseplan ASB vom 21.10. bis 27.10.2019

Tel.: 0355 / 703040

Wo	Menü	Montag 21.10.2019	Dienstag 22.10.2019	Mittwoch 23.10.2019	Donnerstag 24.10.2019	Freitag 25.10.2019	Samstag 26.10.2019	Sonntag 27.10.2019	
Speiseplan vom 21.10.2019 bis 27.10.2019, 43. Kalenderwoche	<b>I (blank)</b>	<b>Wikingertopf</b> (Gemüse Eintopf mit Fleischklößchen vom Schwein und Saurer Sahne), dazu Baguettebrot (aw, uw, am, au, S)	<b>Brühdudeln mit jungem Gemüse</b> (Möhren, Erbsen, Porree, Sellerie) und <b>Hühnerfleisch</b> , dazu Vollkornbrot (aw, uw, nr, as, bc, G)	<b>Gebackene Kartoffelpuffer</b> , dazu <b>Apfelmus</b> (3, aw, uw, ae)	<b>Kürbis-Kartoffel-Suppe mit Porree, Sellerie und Möhren</b> , dazu ein Brötchen (aw, bm, bc)	<b>Vegetarischer Käseeintopf mit Kartoffelwürfel und Pariser Möhren</b> , dazu ein Baguettebrötchen (aw, uw, am)	<b>Nudel-Gemüse Eintopf mit Hühnerfleisch</b> , dazu Weizenmischbrot (aw, uw, nr, as, ae, am, bc, G)		
		Energie pro Portion: 3471 kJ, 828 kcal	Energie pro Portion: 1359 kJ, 325 kcal	Energie pro Portion: 1870 kJ, 447 kcal	Energie pro Portion: 1574 kJ, 376 kcal	Energie pro Portion: 2468 kJ, 589 kcal	Energie pro Portion: 2695 kJ, 643 kcal		
	<b>II (schwarz)</b>	<b>Schnittlauchquark mit Leinöl und Salzkartoffeln</b> , dazu <b>bunter Salat</b> (Eisberg, Gurke, Tomate, Möhre, Kohlrabi) (am)	<b>Mini Frikadellen vom Rind</b> mit Bratensoße, Apfelrotkohl und Spätzle (3, aw, uw, ae, bm, R)	<b>Makkaroni</b> mit <b>fruchtiger Tomatensoße</b> , dazu <b>Reibekäse und Weißkraut-Gurken-Salat</b> (aw, uw, am)	<b>Spreewälder Grützwurst</b> mit Sauerkraut und Salzkartoffeln (aw, uw, gb, S)	<b>Brathering</b> mit Bratkartoffeln und Gurken-Radieschen-Salat (1, aw, uw, af, ay, au, F)		<b>Mini Grillhaxe</b> , Bratensoße, Mischgemüse und Kartoffelklöße (3, aw, uw, ay, am, bm, bc, 15, S)	
		Energie pro Portion: 2018 kJ, 481 kcal	Energie pro Portion: 2502 kJ, 598 kcal	Energie pro Portion: 2435 kJ, 582 kcal	Energie pro Portion: 3386 kJ, 809 kcal	Energie pro Portion: 3210 kJ, 766 kcal		Energie pro Portion: 3197 kJ, 763 kcal	
	<b>III (rot)</b>	<b>Baguette "Amerika"</b> mit Fleischwurst, Käse und Gemüse (1, 2, 3, 7, aw, uw, gb, ae, am, bc, 15, S, R)	<b>Mozzarella auf gemischtem Salat mit dunklem Balsamicodressing und Vollkornbrötchen</b> (aw, ay, am, bm, au, nl)	<b>Wellnesssalat</b> (Eisbergsalat, Chicoree, Birne, Weintrauben, Sultaninen, Vorderschinken), dazu Dressing (3, 7, am, bc, 15, S)	<b>Wrap mit Quark-Apfel-Zimt-Füllung</b> (aw, uw, am)	<b>Sommersalat</b> (Tomate, Mischsalat, Gurke, Eisbergsalat, Putenbrust, Radieschen, Kohlrabi), dazu Dressing und Baguettebrot (1, 3, 7, ae, am, bc, 15, G)			
		Energie pro Portion: 3071 kJ, 733 kcal	Energie pro Portion: 1513 kJ, 361 kcal	Energie pro Portion: 1087 kJ, 259 kcal	Energie pro Portion: 1537 kJ, 367 kcal	Energie pro Portion: 1049 kJ, 251 kcal			
	<b>IV (grün)</b>	<b>Chinapfanne mit Hühnerfleisch und Basmatireis</b> (aw, uw, ay, am, bm, bc, G)	<b>Szegediner Gulasch vom Schwein</b> (Sauerkraut, Paprika, Tomate) mit Semmelknödelscheiben (aw, uw, ae, am, S, R)	<b>Schlemmerfischfilet "Provence"</b> mit Dillsoße, Buttererbsen und Salzkartoffeln (1, 3, aw, uw, af, ay, am, bc, au, F)	<b>Hähnchenbrustfilet "Melba"</b> mit Pfirsich und Käse überbacken, Erbsen und Currysoße, dazu Reis (aw, uw, am, G)	<b>Paniertes Schweineschnitzel</b> mit Rahmsoße, Leipziger Allerlei (Möhren, Erbsen, Spargel) und Salzkartoffeln (aw, uw, am, S)			
		Energie pro Portion: 2192 kJ, 524 kcal	Energie pro Portion: 1695 kJ, 406 kcal	Energie pro Portion: 2963 kJ, 707 kcal	Energie pro Portion: 4136 kJ, 988 kcal	Energie pro Portion: 2186 kJ, 521 kcal			
	<b>Dessert</b>	<b>Fruchtjoghurt mit Erdbeeren</b> (am)	<b>Kiwi</b>	<b>Wackelpudding (1)</b>	<b>Grießpudding mit Sahne und Kirschen</b> (aw, uw, am)	<b>Birnenkompott</b>			
		Energie pro Portion: 519 kJ, 125 kcal	Energie pro Portion: 204 kJ, 49 kcal	Energie pro Portion: 42 kJ, 10 kcal	Energie pro Portion: 987 kJ, 236 kcal	Energie pro Portion: 528 kJ, 126 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 Natriumpökelsalz, S - Schweinefleisch, R - Rindfleisch, F - Fisch, G - Geflügel  
\*und daraus gewonnene Erzeugnisse

# Speiseplan ASB vom 28.10. bis 03.11.2019

Tel.: 0355 / 703040

Wo	Menü	Montag 28.10.2019	Dienstag 29.10.2019	Mittwoch 30.10.2019	Donnerstag 31.10.2019	Freitag 01.11.2019	Samstag 02.11.2019	Sonntag 03.11.2019	
Speiseplan vom 28.10.2019 bis 03.11.2019, 44. Kalenderwoche	I (blank)	Erbsensuppe "Berliner Art" (Porree, Möhren, Sellerie, Kartoffeln) mit Jagdwurstwürfel, dazu Vollkornbrot (3, 7, aw, uw, nr, as, bm, bc, 15, S)	<b>Eierkuchen</b> mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus (3, aw, uw, ae, am)	<b>Bunter Gemüseeintopf</b> (Blumenkohl, Möhren, Erbsen, Brechbohnen) <b>mit Eierstich</b> , dazu Weißbrot (aw, uw, nr, gb, ae, ay, am)		<b>Vegetarischer Blumenkohleintopf</b> , dazu Roggenmischbrot (aw, uw, nr, as, am, bc)	<b>Soljanka</b> (Jagdwurststreifen, Gewürzgurke, Paprika und Saure Sahne), dazu ein Brötchen (3, aw, uw, am, bm, 15, S, R)		
		Energie pro Portion: 2995 kJ, 716 kcal	Energie pro Portion: 2862 kJ, 683 kcal	Energie pro Portion: 1100 kJ, 262 kcal		Energie pro Portion: 1327 kJ, 316 kcal	Energie pro Portion: 2814 kJ, 673 kcal		
	II (schwarz)	<b>Gekochte Eier</b> in Senfsoße und Salzkartoffeln, dazu Karottensalat (aw, uw, ae, am, bm)	<b>Nudelaufauf</b> mit Champignons, Käse und Schinkenstreifen (3, 7, aw, uw, ae, am, 15, S)	<b>Bratwurst</b> mit Rahmsoße, Sauerkraut und Kartoffelbrei (3, aw, uw, am, bm, 15, S)	<b>Gedünstetes Seehechtfilet</b> auf Petersiliensoße mit Balkangemüse (Erbsen, Bohnen, Mais) und Schälkartoffeln (aw, uw, af, am, F)		<b>Gefüllte Paprikaschote</b> mit fruchtiger Tomatensoße und Gemüsereis (aw, uw, ae, S)		<b>Kräuterbraten vom Schwein</b> mit Bratensoße, Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln (aw, uw, am, S)
		Energie pro Portion: 2236 kJ, 533 kcal	Energie pro Portion: 2013 kJ, 481 kcal	Energie pro Portion: 2494 kJ, 595 kcal	Energie pro Portion: 2782 kJ, 664 kcal	Energie pro Portion: 2097 kJ, 501 kcal		Energie pro Portion: 2132 kJ, 508 kcal	
	III (rot)	<b>Schmorgurken in Dillrahm</b> mit Salzkartoffeln (aw, uw)	<b>Bockwurst</b> mit buntem Kartoffelsalat und Salatbeilage (1, 2, 3, 7, aw, uw, ae, ay, am, bm, bc, 15, S, R)	<b>Mexico Salat</b> (Eisberg, Tomate, Mais, Kidneybohnen, Paprika, Hähnchenbrust), dazu Amerikan-Dressing (ae, am, G)			<b>2 Bagel</b> mit Kochschinken, Gemüse und Emmentaler (3, 7, aw, uw, nr, as, am, bm, bc, au, 15, S)		
		Energie pro Portion: 1469 kJ, 350 kcal	Energie pro Portion: 2260 kJ, 540 kcal	Energie pro Portion: 806 kJ, 193 kcal			Energie pro Portion: 3231 kJ, 771 kcal		
	IV (grün)	<b>Fruchtiges Hähnchencurry mit Ananas</b> an Risi Bisi (Reis mit Erbsen) (aw, uw, am, G)	<b>Rindergeschnetzeltes mit Paprika und Zwiebeln</b> , Apfelrotkohl und Spätzle (3, aw, uw, ae, am, R)	<b>Bauernroulade</b> (Hackfleischroulade) mit Rahmsoße, Sommergemüse und Kartoffelbrei (3, aw, uw, ae, ay, am, bm, bc, au, S)			<b>Putenbraten</b> mit Geflügelsoße, jungen Erbsen und Salzkartoffeln (aw, uw, am, G)		
		Energie pro Portion: 2214 kJ, 529 kcal	Energie pro Portion: 2533 kJ, 605 kcal	Energie pro Portion: 2922 kJ, 697 kcal			Energie pro Portion: 2362 kJ, 564 kcal		
	Dessert	<b>Rote Grütze</b> mit Vanillesoße (ae, am)	<b>Apfel</b>	<b>Schokostrudel (1, am)</b>			<b>Quark mit Brombeeren (am)</b>		
		Energie pro Portion: 616 kJ, 147 kcal	Energie pro Portion: 271 kJ, 65 kcal	Energie pro Portion: 681 kJ, 163 kcal			Energie pro Portion: 728 kJ, 174 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 Natripökelsalz, S - Schweinefleisch, R - Rindfleisch, F - Fisch, G - Geflügel  
\*und daraus gewonnene Erzeugnisse