

Speiseplan ASB

6. Woche 03.02. - 09.02.2020

Tel.: 0355 / 703040

	Montag, 03.02.20	Dienstag, 04.02.20	Mittwoch, 05.02.20	Donnerstag, 06.02.20	Freitag,07.02.20	Samstag, 08.02.20	Sonntag, 09.02.20
MENÜ 1 (blank)	Vegetarischer "Mecklenburger Gemüseeintopf" (Möhren, Brechbohnen, Erbsen) (V), dazu Vollkornbrot (aw, uw, nr, bc, as, 23) Energie pro Portion: 1725 kJ, 411 kcal	Steckrüben-Möhren-Topf mit Schweinefleisch (S) und Vollkornbaguette (aw, uw, nr, go, gb, 23) Energie pro Portion: 2411 kJ, 575 kcal	Vegetarischer Kohlrabi-Möhren-Topf (V) und Brötchen (aw, uw, 23) Energie pro Portion: 1855 kJ, 443 kcal	Kokosmilchgrießbrei und Apfelkompott (3, aw, uw, am) Energie pro Portion: 1992 kJ, 476 kcal	Erbseneintopf mit Kassler und Speck , dazu Vollkornbrot (3, 15, aw, uw, nr, am, bc, as, au, 23) Energie pro Portion: 2653 kJ, 633 kcal	Frühlingsgemüseeintopf mit Hühnerfleisch (G), dazu Brot (aw, uw, 23) Energie pro Portion: 1823 kJ, 434 kcal	
MENÜ 2 (schwarz)	Tomatensoße mit Fleischklößchen (S) und Hörnchennudeln (aw, uw, ae, 23) Energie pro Portion: 1992 kJ, 475 kcal	Gegrillter Hähnchenschenkel (G) mit Geflügelsoße, Mischgemüse und Salzkartoffeln (aw, uw, 23) Energie pro Portion: 2711 kJ, 647 kcal	Rührei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln (V) (aw, uw, ae, am) Energie pro Portion: 2387 kJ, 571 kcal	Heringsfilethappen in Joghurtsoße (F) mit Salzkartoffeln und Leinöl (3, ae, af, am, bm) Energie pro Portion: 2993 kJ, 714 kcal	Spaghetti mit Tomatenfrischkäsesoße (V) (aw, uw, am, 23) Energie pro Portion: 1669 kJ, 399 kal		Putengeschnetzeltes mit Pfirsich und Apfel (G), Brokkoli und Kartoffelbrei (3, aw, uw, ay, am, 23) Energie pro Portion: 2280 kJ, 545 kcal
MENÜ 3 (rot)	Blumenkohlbrätling (V), Petersileinsoße und Kartoffel-Kürbispüree (3, aw, uw, gb, go, ae, ay, am, bc, bm, au, 23) Energie pro Portion: 959 kJ, 230 kcal	Burgermeister (Sesamburger mit Gemüsepatty) (V) (3, aw, uw, ay, as) Energie pro Portion: 2820 kJ, 674 kcal	Nudelsalat mit Joghurt , dazu Wiener Würstchen (S) und Ketchup (1, 2, 3, 5, 7, 15, aw, uw, ae, am, bc, bm, 23) Energie pro Portion: 2682 kJ, 641 kcal	Fitnesssalat mit gekochtem Ei und Joghurt-Zitronendressing (V) (ae, am, au, 23) Energie pro Portion: 817 kJ, 196 kcal	Baguette mit Salami und Gouda (S) (1, 2, 3, 7, 15, aw, uw, ae, am, bm, nr) Energie pro Portion: 2581 kJ, 617 k		
MENÜ 4 (grün)	Kasslemackenbraten (S), Bratensoße, buntes Sauerkraut und Salzkartoffeln (3, 15, aw, uw, bc, bm, 23) Energie pro Portion: 2468 kJ, 589 kcal	Ungarischer Rindergulasch (R) mit Brechbohnen und Spätzle (aw, uw, ae, am, 23) Energie pro Portion: 2773 kJ, 662 kcal	Chinapfanne mit Hähnchenbruststreifen (G) und Mie-Nudeln (aw, uw, ae, ay, bc, bm, 23) Energie pro Portion: 2551 kJ, 609 kcal	Geschmorte Kohlroulade (S) mit Bratensoße und Salzkartoffeln (aw, uw, ae, am, bm, 23) Energie pro Portion: 2243 kJ, 534 kcal	Rindersauerbraten "Rheinische Art" mit Sultaninen , Bratensoße, Wirsinggemüse und Kartoffelklöße (R) (aw, uw, am, bc, au, 22, 23) Energie pro Portion: 2536 kJ, 606 kcal		
DESSERT	Haselnuss-Pudding (am, an, sh) Energie pro Portion: 842 kJ, 201 kcal	Apfel Energie pro Portion: 306 kJ, 73 kcal	Kirschjoghurt (am) Energie pro Portion: 870 kJ, 208 kcal	Aprikosenkompott Energie pro Portion: 660 kJ, 158 kcal	Vanille-Schoko-Pudding (1, am) Energie pro Portion: 528 kJ, 126 kcal		

Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff; 2 = mit Konservierungsstoff; 3 = mit Antioxidationsmittel; 4 = mit Geschmacksverstärker; 5 = mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n); 7 = mit Phosphat; 8 = gewachst; 15 = mit Nitritpökelsalz; 23 = mit Knoblauch; Allergene: aw = enth. glutenhaltiges Getreide* (Überbegriff); uw = enth. Weizen*; nr = enth. Roggen*; gb = enth. Gerste*; go = enth. Hafer*; gs = enth. Dinkel*; gk = enth. Kamut*; ax = enth. Hybridstämme*; ac = enth. Krebstiere*; ae = enth. Eier*; af = enth. Fische*; ap = enth. Erdnüsse*; ay = enth. Sojabohnen*; am = enth. Milch*; an = enth. Schalenfrüchte* (Überbegriff); sa = enth. Mandeln*; sh = enth. Haselnüsse*; sw = enth. Walnüsse*; sc = enth. Kaschunüsse* sp = enth. Pecannüsse*; sr = enth. Paranüsse*; st = enth. Pistazien*; sm = enth. Macadamianüsse*; sq = enth. Queenslandnüsse*; bc = enth. Sellerie*; bm = enth. Senf*; as = enth. Sesam*; au = enth. Schwefeldioxid/Sulfite; nl = enth. Lupinen*; um = enth. Weichtiere*
* und daraus gewonnene Erzeugnisse