

| 29. KW                | Menü A (Vollkost)                                        |                | Menü B (leichte Vollkost)                                      |            | 29. KW<br>13.07.26 - 19.07.26 | Ihre Wahl |        |
|-----------------------|----------------------------------------------------------|----------------|----------------------------------------------------------------|------------|-------------------------------|-----------|--------|
|                       |                                                          |                |                                                                |            |                               | Menü A    | Menü B |
| Montag<br>13. Jul     | Makkaroni                                                | a/a1           | Reiseintopf mit Geflügelfleisch                                | a/a1/a2    | Montag                        |           |        |
|                       | Schweinegulasch                                          | a/a1/j         | Mischbrot                                                      |            |                               |           |        |
|                       | Vanillaquark                                             | g              | Vanillaquark                                                   | g          | 13. Jul.                      |           |        |
|                       | 649kcal/2734kJ/21,8F/9,1ges.FS/30,8Ew/66,5KH/17Zu/3,8S   |                | 462kcal/1947kJ/7,7F/2,9ges.FS/25,5Ew/55,9KH/14,5Zu/1,1S        |            |                               |           |        |
| Dienstag<br>14. Jul   | Grütwurst                                                | 2/3/4/8/a/a3/j | Blumenkohl-Käse-Medaillons                                     | a/a1/c/g   | Dienstag                      |           |        |
|                       | Sauerkraut mit Speck                                     | 2/3/a/a1       | Petersiliensoße                                                | 1/a/a1/f   |                               |           |        |
|                       | Salzkartoffeln                                           |                | Salzkartoffeln                                                 | g          | 14. Jul.                      |           |        |
|                       | Erdbeerkompott                                           |                | Erdbeerkompott                                                 |            |                               |           |        |
|                       | 496kcal/2065kJ/29,3F/9,6ges.FS/21,5Ew/27,3KH/10,4Zu/4,9S |                | 248kcal/1043kJ/8,4F/3,9ges.FS/28,1KH/8,1Zu/7Ew/2S              |            |                               |           |        |
| Mittwoch<br>15. Jul   | Pichelsteiner Eintopf Weißkohl, Möhren,                  | a/a1/i         | Hähnchenoberkeule mit Geflügelsoße                             | 1/a/a1/f/l | Mittwoch                      |           |        |
|                       | Kartoffeln mit Schweinefleisch                           |                | Blumenkohlgemüse                                               |            |                               |           |        |
|                       | Mischbrot                                                | a/a1/a2        | Salzkartoffeln                                                 |            | 15. Jul.                      |           |        |
|                       | Rote Grütze mit Vanillasoße                              | 1/a/a1/g       | Rote Grütze mit Vanillasoße                                    | 1/a/a1/g   |                               |           |        |
|                       | 291 kcal/1221kJ/5,8F/2,1ges.FS/9,2Ew/26,9KH/21,8Zu/1,6S  |                | 372 kcal/1559 kJ/10,3 F/3,6 ges.FS/17,7EW/29,4 KH/20,7 Zu/6,1S |            |                               |           |        |
| Donnerstag<br>16. Jul | Rindfleischwürfel                                        | 1/3/a/a1/f/g/l | Kartoffelsuppe                                                 | i          | Donnerstag                    |           |        |
|                       | in Meerrettichsoße                                       | 1/3/a/a1/g/l   | mit Wiener Würstchen                                           | 2/3/8      |                               |           |        |
|                       | Kartoffelklöße                                           | 3/l            | Apfelmus                                                       | 3          | 16. Jul.                      |           |        |
|                       | Apfelmus                                                 | 3              | 409kcal/1711kJ/11,8F/4,9ges. FS/44,4KH/18,3Zu/11,7Ew/2,1S      |            |                               |           |        |
|                       | 517kcal/2175kJ/17F/6,4ges.FS/45,1KH/18Zu/26,5Ew/3,7S     |                |                                                                |            |                               |           |        |
| Freitag<br>17. Jul    | Gyros vom Schwein                                        |                | Lachsragout mit Gemüsestreifen                                 | 1/a/a1/d/f | Freitag                       |           |        |
|                       | Tomatenreis                                              |                | (Sellerie, Lauch)                                              | i          |                               |           |        |
|                       | Gurken-Tomaten-Salat                                     |                | Dillkartoffeln                                                 |            | 17. Jul.                      |           |        |
|                       | 408kcal/1717kJ/15,8F/6,1ges.FS/19,6Ew/40,4KH/7,5Zu/4,1S  |                | Gurken-Tomaten-Salat                                           |            |                               |           |        |
|                       |                                                          |                | 282kcal/1184kJ/3,7F/0,6ges.FS/22,7Ew/30,4KH/8,4Zu/4,1S         |            |                               |           |        |
| Samstag<br>18. Jul    | Gemüsesuppe mit Möhren,                                  | a/a1           | Hähnchengokkelchen mit Honigmöhren                             | 1/a/a1/f   | Samstag                       |           |        |
|                       | Erbsen, Sellerie, Lauch                                  |                | (paniertes Hähnchen)                                           |            |                               |           |        |
|                       | und Kartoffelwürfeln                                     |                | Salzkartoffeln                                                 |            | 18. Jul.                      |           |        |
|                       | Erdbeersahnepudding                                      | 1              | Erdbeersahnepudding                                            | 1          |                               |           |        |
|                       | 180kcal/757kJ/1F/0,3ges.FS/5,5Ew/17KH/17,5Zu/1,2S        |                | 349kcal/1417kJ/2,1F/0,7ges.FS/21,5Ew/40,7KH/18,9Zu/2,1S        |            |                               |           |        |
| Sonntag<br>19. Jul    | Wirsingroulade gefüllt mit Schweinehackfleisch           | g/j            | Rindergeschnetzeltes mit Champignons                           | a/a1/j     | Sonntag                       |           |        |
|                       | Bratensoße                                               | a/a1/i/j       | und Gewürzgurke                                                | g          |                               |           |        |
|                       | Salzkartoffeln                                           |                | Langkornreis                                                   |            | 19. Jul.                      |           |        |
|                       | Fruchtcocktail                                           | 1              | Fruchtcocktail                                                 | 1          |                               |           |        |
|                       | 397kcal/1657kJ/18,8F/7,2ges.FS/10,5Ew/27,2KH/21,9Zu/3,4S |                | 369kcal/1554kJ/11,2F/3,1ges.FS/18,6Ew/47,1KH/14,5Zu/1S         |            |                               |           |        |