

Speiseplan vom 08.04.2024 bis 14.04.2024

Tag	Vegetarisch	kcal	Z / A	Vollkost	kcal	Z / A	Leichte Vollkost	kcal	Z / A
Montag	Kaiserschmarrn dazu Pflaumenkompott und Vanillesauce	545	A,A1,B,D,H	Königsberger Klopse mit Kapernsauce dazu Salzkartoffeln und Rote Beete	196	A,A1,D,K	Geschn. Hähnchenbrust dazu Geflügeljus mit Steckrüben-Karotten-Gemüse und Nudeln	144	A,A1
		38	2,5		51	A,A1,B,H		58	
		129	B,H		89	4		77	
Dienstag	Schupfnudelpfanne mit Spitzkohl und Mandeln / Nüsse	653	A,A1,B,D, H,I,I1,I2	Eier, gekocht in Senfsauce dazu Rahmspinat und Kartoffelstampf	166	D	Geflügelhacksteak in Bratensauce dazu Blumenkohl dazu Kräuterkartoffeln	209	A,A1,D,K,H
					73	B,H,K		41	J
					76	B,H		48	
Mittwoch	Ofenkartoffel dazu Sauerrahmdipp und Ratatouillegemüse	175	B,H	gebratener Leberkäse mit Sauerkraut und Kartoffelstampf dazu Senf	298	1,2,16	vegetarischer Kartoffeleintopf	232	G,J
		134			62	2			
		55			105	B,H			
Donnerstag	Süßkartoffelpfanne mit Gemüse und Erdnüssen dazu einen Eisbergsalat	440	F,G	Erbseneintopf dazu ein Suppenbrötchen	140	J,K	Rindergulasch dazu Spätzle mit Broccoli	185	K
		81	2,12,13,M		86	A,A1,A4, A5		204	A,A1,A2,D
								64	
Freitag	Knöpfe mit Champignonrahmsauce Blaukraut-Apfel -Salat	330	A,A1,A1,D	Currywurst mit Currysauce dazu Kartoffel-Wedges Tomatensalat	289	2,16	ged. Seelachsfilet mit Basilikumsauce dazu Marktgemüse und Kartoffeln	88	E
		152	B,H		79			66	B,H
		102			216	A,A1		35	
Samstag	kleine gefüllte Kartoffelklöße mit Tomatensauce und Blattsalat	190	B,H,1	Eintopf von 3erlei Bohnen dazu ein Suppenbrötchen	160	1,2,J	Geschnetzelte Hühnchenbrust in Pfirsichsauce dazu einen Eisbergsalat und Basmatireis	166	B,H
		23	2,12,13,M		86	A,A1,A4, A5		81	2,12,12,M
		81						155	
Sonntag	Kartoffel-Brokkoli-Auflauf und einen Möhrensalat	395	B,H	Schweineröllchen in Senfsauce dazu Rosenkohl und Salzkartoffeln	180	B,H,J,K	Kalbsrahmgulasch dazu Wurzelgemüse und Kartoffeln	164	B,H
		26	4		133	J		84	
					89	B,H,1,2		89	

L: leichte Kost; C: Cholesterinarm; D: Diabetiker; SF: Schweinefleisch frei; R: Reduktion

(1) mit Konservierungsmitteln; (2) mit Antioxidationsmitteln; (3) mit Geschmacksverstärkern; (4) mit Süßungsmitteln; (5) Süßungsmitteln; (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln; (7) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln; (10) enthält eine Phenylalaninquelle; (11) kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken; (12) mit Farbstoff; (13) geschwefelt; (14) gewachst; (15) geschwärzt; (16) mit Phosphat; (19) mit Milcheiweiß; (20) unter Verwendung von Milch; (21) mit Eiklar (22) unter Verwendung von Sahne; (23) mit Pflanzeneiweiß; (24) mit Stärke; (27) Kunststoffüberzug nicht zum Verzehr geeignet; (28) aus Fischstücken zusammengefügt; (29) aus Fleischstücken zusammengefügt; (30) mit z.T. fein zerkleinertem Fleischanteil  
Die Angaben 16 bis 24 sind ausschließlich bei Fleischerzeugnissen erforderlich

Das Team der FACT wünscht Ihnen einen guten Appetit!

Name: \_\_\_\_\_

Portionsgröße: Normal Groß