

KW12	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Beilagen zu den Menüs
Montag, 17. März 2025	<b>Geflügelfrikadelle mit Bratensauce, Mexico-Mix-Gemüse und Kartoffeln</b> ◆ j i c j y f a 8 g a g 1 a 1 N: 93.36 kcal F: 4.02 g GF: 1.16 g C: 9.71 g Z: 1.99 g P: 4.40 g S: 1.17 g B: 0.81 BE	<b>Weißkohl-Kartoffeleintopf mit Rinderhackfleisch</b> ψ ω i N: 35.71 kcal F: 1.38 g GF: 0.60 g C: 3.16 g Z: 1.70 g P: 2.56 g S: 1.16 g B: 0.26 BE	<b>Käse Tortellini mit Spinatsauce</b> ∇ j i c z f g a g 1 a 1 N: 176.20 kcal F: 3.86 g GF: 1.75 g C: 27.42 g Z: 1.89 g P: 7.10 g S: 0.73 g B: 2.29 BE	<b>Obst</b> ∇ ∞ N: 67.51 kcal F: 0.17 g GF: 0.10 g C: 15.58 g Z: 12.59 g P: 0.65 g S: 0.00g B: 1.30 BE
Dienstag, 18. März 2025	<b>Vegetarische Lasagne mit Tomate, Broccoli und Käse überbacken</b> ∇ j i c g a g 1 a 1 N: 90.73 kcal F: 3.13 g GF: 1.44 g C: 12.27 g Z: 3.69 g P: 3.15 g S: 1.84 g B: 1.02 BE	<b>Gemüsenuggets mit Kartoffeln und Leipziger Allerlei in weißer Sauce</b> ∇ j a 3 i c j y a 8 g a g 1 a 1 N: 82.90 kcal F: 2.89 g GF: 0.82 g C: 11.57 g Z: 2.10 g P: 2.35 g S: 1.00 g B: 0.96 BE	<b>Bunter Kartoffel Gemüse Eintopf mit einer Bockwurst</b> ω 15 i c j y a 8 g g 1 a 1 N: 100.97 kcal F: 6.97 g GF: 2.70 g C: 5.50 g Z: 2.52 g P: 4.07 g S: 0.45 g B: 0.45 BE	<b>Gurken Sticks zum Selberschneiden</b> ∇ ∞ N: 12.18 kcal F: 0.20 g GF: 0.07 g C: 1.81 g Z: 1.81 g P: 0.60 g S: 0.01 g B: 0.15 BE
Mittwoch, 19. März 2025	<b>Dicke Bohnen in Rahm mit Salzkartoffeln</b> ∇ j i c j y a 8 g a g 1 a 1 N: 92.35 kcal F: 2.46 g GF: 1.08 g C: 14.29 g Z: 2.06 g P: 2.84 g S: 0.91 g B: 1.19 BE	<b>Reibekuchen mit Apfelmus</b> ∇ z a 8 a a 1 N: 118.58 kcal F: 2.43 g GF: 1.17 g C: 21.73 g Z: 3.99 g P: 1.66 g S: 0.79 g B: 1.81 BE	<b>Hähnchenschnitzel mit Reis, Erbsen &amp; Möhren Gemüse in einer weißen Sauce</b> ◆ j i c j y a 8 g a g 1 a 1 N: 231.96 kcal F: 12.88 g GF: 3.76 g C: 22.27 g Z: 2.28 g P: 6.64 g S: 1.01 g B: 1.86 BE	<b>Obst</b> ∇ ∞ N: 67.51 kcal F: 0.17 g GF: 0.10 g C: 15.58 g Z: 12.59 g P: 0.65 g S: 0.00g B: 1.30 BE
Donnerstag, 20. März 2025	<b>Weißer Bohnensuppe mit Kartoffelwürfel, Speckwürfel und Partybrötchen</b> & ψ ω 15 a 3 i a 6 j y a a 1 N: 80.86 kcal F: 0.79 g GF: 0.18 g C: 13.23 g Z: 1.66 g P: 4.87 g S: 0.64 g B: 1.10 BE	<b>Blumenkohl-Broccoli-Kartoffelauflauf mit Käse überbacken</b> ∇ j i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 126.51 kcal F: 9.94 g GF: 3.54 g C: 6.22 g Z: 1.45 g P: 2.98 g S: 0.62 g B: 0.52 BE	<b>Dinkel - Nudeln mit Tomaten - Gemüseragout</b> ∇ 2 i a 6 c j z f a 8 g a g 1 a 1 N: 79.72 kcal F: 0.82 g GF: 0.21 g C: 14.83 g Z: 1.98 g P: 2.81 g S: 0.67 g B: 1.23 BE	<b>Pudding im Becher</b> ∇ j g g 1 N: 131.79 kcal F: 6.02 g GF: 3.80 g C: 15.98 g Z: 12.98 g P: 2.82 g S: 0.22 g B: 1.33 BE
Freitag, 21. März 2025	<b>Schweinenacknbraten mit Bratensauce, Rosenkohl und Salzkartoffeln</b> & ω g a 1 a j i c f a 8 g 1 N: 90.12 kcal F: 4.37 g GF: 1.70 g C: 5.67 g Z: 1.11 g P: 6.86 g S: 1.05 g B: 0.47 BE	<b>Fischfrikadelle mit Kartoffelstampf und Remoulade</b> j c j a 8 g d a g 1 a 1 N: 200.07 kcal F: 15.40 g GF: 2.02 g C: 11.91 g Z: 1.88 g P: 3.46 g S: 0.67 g B: 0.99 BE	<b>Vegetarischen Kartoffel-Möhrenstampf</b> ∇ ∞ i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 66.94 kcal F: 2.05 g GF: 0.77 g C: 10.47 g Z: 2.37 g P: 1.30 g S: 0.40 g B: 0.87 BE	<b>Möhrensalat mit Apfelwürfel in Essig/Öl Dressing</b> ∇ ∞ N: 65.52 kcal F: 3.84 g GF: 0.48 g C: 6.97 g Z: 6.56 g P: 0.68 g S: 0.40 g B: 0.57 BE



DE  
NI - 11496  
EG

Bankverbindung:  
Sparkasse LeerWittmund  
IBAN: DE23 2855 0000 0000 8047 57  
Swift-BIC: BRLADE21LER

Nährwertangaben pro 100g:	N: Brennwert,	F: Fett,	GF: davon gesättigte Fettsäuren,	C: Kohlenhydrate,	Z: davon Zucker,	P: Eiweiß,	S: Salz,	B: Proteinheit
<b>Allergene Inhaltsstoffe</b>	<b>a Gluten a1 Weizen a3 Gerste (Malz) a6 Dinkel/ Grünkern a8 Hybridstämme (Gluten) a9 sonstige Weizenarten c Eier d Fisch f Soja g Milch und Milcherzeugnisse g1 Milcheiweiß h3 Walnuss i Sellerie j Senf t Schalenfrucht y Hülsenfrucht z Zitrusfrucht</b>							
<b>Zusatzstoffe</b>	<b>2 mit Konservierungsstoffen 3 mit Antioxidationsmittel 8 mit Phosphat 15 Nitrat/Nitrit</b>							
<b>Eigenschaften</b>	◆ Geflügel ω Schweinefleisch ψ Rindfleisch ω ψ Schweine und Rindfleisch gemischt d Fisch ∇ Vegetarisch ∞ Vegan							
	& Muskelfleisch							
	f Laktose							
	æ Knoblauch							