

# Essig Firmengruppe

Gültig vom 06.04.2020 bis 12.04.2020

KW 15	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
R6	06.04.2020	07.04.2020	08.04.2020	09.04.2020	10.04.2020	11.04.2020	12.04.2020
<b>Suppe</b>	R Kraftbrühe mit Nudleinlage (G,a,Ei)	S, R Fränkische Kartoffelsuppe (M,02,03,11)	R Kraftbrühe Flädle (G,a,Ei,M)	S, R Tomatensuppe (04)	V Gemüsebrühe mit Suppensternchen (G,a,Ei)	V Paprikacremesuppe (M)	R Gebundene Ochsenschwanzsuppe (G,a,c,Sel)
<b>Vollkost</b>	S Hacksteak mit (G,a,Ei,Sen) Zwiebelsauce und Blumenkohl in feiner Creme (M) dazu Kartoffeln	S Tiroler Gulasch (03) dazu Semmelknödel (G,a,Ei) Blattsalat Dressing (SO2,01,03,05)	S Fleischsauce mit (Sel,04) Gabelspaghetti (G,a,Ei)	S Maultaschen in der (G,a,Ei,Sel) Brühe dazu Kartoffelsalat (Sen,SO2,01,03,05)	F Pan. Seelachs gefüllt mit Spinat-Feta (G,a,Ei,F,Soj,M,01) Tomatenragout (M,04) und Reis (M)	S, R Landfrauentopf mit Schinkenwürfel (Sel,Sen,02,03,11)	GE, LA Lammcurry mit (03) Polentataler
<b>Leichte Vollkost</b>	S, KA Kalbfleischkäse (03,11) Sauce und Kaisergemüse (M) dazu Kartoffelpüree (Soj,M)	S Schweinebraten mit (03,11) Sauce dazu Kartoffelpüree (Soj,M) Blattsalat mit Dressing (SO2,01,03,05)	GE Geflügelklößle mit (G,a) Dillsauce und (M,04) Mediterranes Gemüse (04) dazu Kräuterreis (M,Sen,04)	V Spiegeleier auf (Ei) Rahmspinat (Soj,M) dazu Kartoffeln Blattsalat Dressing (SO2,01,03,05)	V Dampfnudel mit (G,a,Ei,M) Vanillesauce (M)	S Rostbratwurst mit (M,Sen,03) Sauce Bohnen (M) dazu Kartoffelpüree (Soj,M)	KA Kalbsragout und (G,c,Sel) Pariser Karotten (M) Fettucine (G,a,Ei)
<b>Vegetarisch</b>	V Gemüsetasche Vitality mit (G,a,Ei,M,Sel) grüner Sauce (M) dazu Reis (M)	V Pfannkuchen mit (G,a,Ei,M) Apfelmus (03)	V Vegetarisch gefüllte Paprika mit (G,a,Sel,Sen) Tomatensauce (M) Kräuterreis (M,Sen,04)	V Vegetarische Cannelloni mit (G,a,Ei,M) Käsesauce (M) Blattsalat mit Dressing (SO2,01,03,05)	V Spanischer Kartoffelaufbau mit (Ei,M) Tomatensauce (M)	R Waldpilzragout (M) dazu Serviettenknödel (G,a,Ei,M)	V Blumenkohl "Schweizer Art" (M) dazu Röstinchen
<b>Vital</b>	LA Lammragout mit Blumenkohl in feiner Creme (M) dazu Rosmarinkartoffeln	V Schupfnudel-Gemüsepfanne (G,a,Ei,M,02) mit Kräutersauce (M,Sen,04) dazu Blattsalat und Dressing (SO2,01,03,05)	S Champignonfleischkäse mit (Sen,02,03,11) Senfsauce und (Sen) Bauernkartoffeln (mit Gemüse) (M)	GE Hähnchen Cordon Bleu mit (G,a,Ei,M,Sel,01,02,03,11) pikanter Sauce dazu Kartoffeln Blattsalat mit Dressing (SO2,01,03,05)	F Alaska Seelachs in gerösteter Mehrkorpanade (G,a,F) mit Kräutersauce (M,Sen,04) dazu Farfalle Tricolori (G,a)	S Kassler Hals auf (02,03,11) Sauce Bohnengemüse (M) dazu Kartoffeln	R Rinderroulade mit (Sen) Sauce und Rahmwirsing (Soj,M) dazu Kartoffelknödel
<b>Dessert</b>	V Apfelmus (03)	V Waldfruchtjoghurt (M)	V Frisches Obst	V Pfirsich-Maracuja-Joghurt (M,01)	V Frisches Obst	V Buttermilchdessert Birne-Vanille (M)	V Erdbeerquarkcreme (M)
<b>Abendessen</b>	S Grobe Schinkenwurst mit (Sel,Sen,02,03,11) Farmersalat und (Ei,M,02) Essiggurke (02,06) dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)	S Mortadella (N,g,Sel,Sen,02,03,11) Champignonstreichkäse und (M) Radieschen dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)	S Bierschinken (Sel,Sen,02,03,11) Gouda (M) Hirtensalat und (M) Tomate dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)	S Frikadelle mit (G,a,Ei,Sen) Senf und (Sen) Kartoffel-Gurken-Salat (Sen,SO2,01,03,05)	V Angemachter Philadelphia (M) mit Heringsalat (Ei,F,Sel,Sen) Mixed Pickles (SO2,03,05,06) dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)	S Aufschnitt mit (Sel,Sen,02,03,11) Tilsiter (M) Silberzwiebeln (SO2,03,05,06) dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)	GE Geflügelaufschnitt (Sel,Sen,01,02,03,11) Maasdamer (M) Nudelsalat (G,a,Ei,Sel,Sen,SO2,01,02,03,05,06,11) dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)

KW 15	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
R6	06.04.2020	07.04.2020	08.04.2020	09.04.2020	10.04.2020	11.04.2020	12.04.2020
<b>Suppe</b>	Brennwert 123 kcal / 514 kJ Fett 1,3 g davon gesättigte Fettsäuren 0,49 g Kohlenhydrate 23,2 g davon Zucker 1,8 g Eiweiß 4,2 g Salz 1,55 g	Brennwert 90 kcal / 375 kJ Fett 5,2 g davon gesättigte Fettsäuren 2,93 g Kohlenhydrate 8,0 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 1,8 g Salz 1,70 g	Brennwert 72 kcal / 300 kJ Fett 3,4 g davon gesättigte Fettsäuren 0,73 g Kohlenhydrate 7,9 g davon Zucker 1,3 g Eiweiß 2,3 g Salz 1,80 g	Brennwert 31 kcal / 130 kJ Fett 0,6 g davon gesättigte Fettsäuren 0,11 g Kohlenhydrate 4,8 g davon Zucker 3,2 g Eiweiß 1,0 g Salz 0,50 g	Brennwert 121 kcal / 507 kJ Fett 1,3 g davon gesättigte Fettsäuren 0,35 g Kohlenhydrate 22,4 g davon Zucker 1,4 g Eiweiß 4,4 g Salz 0,62 g	Brennwert 56 kcal / 235 kJ Fett 3,7 g davon gesättigte Fettsäuren 2,08 g Kohlenhydrate 4,4 g davon Zucker 1,3 g Eiweiß 0,9 g Salz 1,07 g	Brennwert 11 kcal / 45 kJ Fett 0,2 g davon gesättigte Fettsäuren 0,12 g Kohlenhydrate 2,0 g davon Zucker 0,4 g Eiweiß 0,1 g Salz 0,65 g
<b>Vollkost</b>	Brennwert 522 kcal / 2184 kJ Fett 28,3 g davon gesättigte Fettsäuren 8,70 g Kohlenhydrate 43,5 g davon Zucker 7,0 g Eiweiß 19,8 g Salz 3,53 g	Brennwert 343 kcal / 1435 kJ Fett 7,1 g davon gesättigte Fettsäuren 1,71 g Kohlenhydrate 57,2 g davon Zucker 7,1 g Eiweiß 12,0 g Salz 4,84 g	Brennwert 478 kcal / 2000 kJ Fett 4,7 g davon gesättigte Fettsäuren 1,47 g Kohlenhydrate 87,7 g davon Zucker 2,8 g Eiweiß 17,7 g Salz 3,42 g	Brennwert 681 kcal / 2849 kJ Fett 26,2 g davon gesättigte Fettsäuren 8,02 g Kohlenhydrate 84,7 g davon Zucker 8,3 g Eiweiß 24,9 g Salz 7,38 g	Brennwert 664 kcal / 2777 kJ Fett 27,3 g davon gesättigte Fettsäuren 5,79 g Kohlenhydrate 81,4 g davon Zucker 5,9 g Eiweiß 21,8 g Salz 7,78 g	Brennwert 222 kcal / 930 kJ Fett 7,2 g davon gesättigte Fettsäuren 2,65 g Kohlenhydrate 26,8 g davon Zucker 5,4 g Eiweiß 10,9 g Salz 2,84 g	Brennwert 764 kcal / 3195 kJ Fett 36,6 g davon gesättigte Fettsäuren 8,02 g Kohlenhydrate 61,0 g davon Zucker 8,1 g Eiweiß 45,2 g Salz 2,81 g
<b>Leichte Vollkost</b>	Brennwert 422 kcal / 1765 kJ Fett 27,4 g davon gesättigte Fettsäuren 11,55 g Kohlenhydrate 27,5 g davon Zucker 8,6 g Eiweiß 15,6 g Salz 4,19 g	Brennwert 353 kcal / 1478 kJ Fett 15,7 g davon gesättigte Fettsäuren 7,79 g Kohlenhydrate 28,8 g davon Zucker 6,0 g Eiweiß 21,2 g Salz 3,76 g	Brennwert 416 kcal / 1740 kJ Fett 10,7 g davon gesättigte Fettsäuren 3,93 g Kohlenhydrate 60,5 g davon Zucker 5,8 g Eiweiß 18,1 g Salz 6,79 g	Brennwert 353 kcal / 1478 kJ Fett 11,3 g davon gesättigte Fettsäuren 4,58 g Kohlenhydrate 42,1 g davon Zucker 5,9 g Eiweiß 16,9 g Salz 1,94 g	Brennwert 683 kcal / 2856 kJ Fett 23,0 g davon gesättigte Fettsäuren 3,37 g Kohlenhydrate 102,0 g davon Zucker 24,4 g Eiweiß 17,0 g Salz 2,00 g	Brennwert 497 kcal / 2080 kJ Fett 28,7 g davon gesättigte Fettsäuren 13,13 g Kohlenhydrate 36,7 g davon Zucker 6,4 g Eiweiß 21,4 g Salz 5,63 g	Brennwert 517 kcal / 2164 kJ Fett 13,9 g davon gesättigte Fettsäuren 3,81 g Kohlenhydrate 62,2 g davon Zucker 12,9 g Eiweiß 31,8 g Salz 3,31 g
<b>Vegetarisch</b>	Brennwert 493 kcal / 2063 kJ Fett 16,7 g davon gesättigte Fettsäuren 4,30 g Kohlenhydrate 73,4 g davon Zucker 4,7 g Eiweiß 11,1 g Salz 7,11 g	Brennwert 660 kcal / 2761 kJ Fett 15,2 g davon gesättigte Fettsäuren 4,70 g Kohlenhydrate 103,6 g davon Zucker 34,6 g Eiweiß 22,3 g Salz 1,20 g	Brennwert 517 kcal / 2162 kJ Fett 13,7 g davon gesättigte Fettsäuren 2,81 g Kohlenhydrate 77,3 g davon Zucker 10,0 g Eiweiß 17,6 g Salz 9,05 g	Brennwert 565 kcal / 2365 kJ Fett 16,0 g davon gesättigte Fettsäuren 9,78 g Kohlenhydrate 79,0 g davon Zucker 9,7 g Eiweiß 25,2 g Salz 5,16 g	Brennwert 380 kcal / 1589 kJ Fett 14,6 g davon gesättigte Fettsäuren 7,78 g Kohlenhydrate 42,8 g davon Zucker 12,6 g Eiweiß 16,1 g Salz 2,82 g	Brennwert 418 kcal / 1747 kJ Fett 16,7 g davon gesättigte Fettsäuren 5,58 g Kohlenhydrate 48,4 g davon Zucker 6,2 g Eiweiß 17,0 g Salz 4,28 g	Brennwert 404 kcal / 1692 kJ Fett 18,1 g davon gesättigte Fettsäuren 4,59 g Kohlenhydrate 46,3 g davon Zucker 5,8 g Eiweiß 10,2 g Salz 2,62 g
<b>Vital</b>	Brennwert 393 kcal / 1644 kJ Fett 13,2 g davon gesättigte Fettsäuren 4,66 g Kohlenhydrate 36,6 g davon Zucker 7,7 g Eiweiß 28,0 g Salz 2,62 g	Brennwert 488 kcal / 2043 kJ Fett 17,3 g davon gesättigte Fettsäuren 4,75 g Kohlenhydrate 69,8 g davon Zucker 12,8 g Eiweiß 10,4 g Salz 4,40 g	Brennwert 311 kcal / 1301 kJ Fett 17,5 g davon gesättigte Fettsäuren 5,66 g Kohlenhydrate 22,6 g davon Zucker 4,3 g Eiweiß 12,0 g Salz 4,44 g	Brennwert 449 kcal / 1880 kJ Fett 13,6 g davon gesättigte Fettsäuren 3,58 g Kohlenhydrate 46,0 g davon Zucker 5,1 g Eiweiß 33,0 g Salz 2,78 g	Brennwert 597 kcal / 2498 kJ Fett 13,7 g davon gesättigte Fettsäuren 2,96 g Kohlenhydrate 88,0 g davon Zucker 5,4 g Eiweiß 25,7 g Salz 2,76 g	Brennwert 370 kcal / 1547 kJ Fett 11,1 g davon gesättigte Fettsäuren 4,21 g Kohlenhydrate 43,0 g davon Zucker 4,2 g Eiweiß 23,1 g Salz 4,74 g	Brennwert 307 kcal / 1284 kJ Fett 10,1 g davon gesättigte Fettsäuren 3,64 g Kohlenhydrate 23,4 g davon Zucker 6,6 g Eiweiß 28,6 g Salz 3,63 g
<b>Dessert</b>	Brennwert 83 kcal / 346 kJ Fett 0,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,12 g Kohlenhydrate 19,0 g davon Zucker 17,2 g Eiweiß 0,2 g Salz 0,00 g	Brennwert 128 kcal / 537 kJ Fett 3,6 g davon gesättigte Fettsäuren 2,40 g Kohlenhydrate 19,8 g davon Zucker 19,7 g Eiweiß 4,2 g Salz 0,16 g	Brennwert 31 kcal / 128 kJ Fett 0,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,01 g Kohlenhydrate 7,2 g davon Zucker 6,6 g Eiweiß 0,2 g Salz 0,00 g	Brennwert 128 kcal / 537 kJ Fett 3,6 g davon gesättigte Fettsäuren 2,40 g Kohlenhydrate 19,8 g davon Zucker 19,7 g Eiweiß 4,2 g Salz 0,16 g	Brennwert 31 kcal / 128 kJ Fett 0,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,01 g Kohlenhydrate 7,2 g davon Zucker 6,6 g Eiweiß 0,2 g Salz 0,00 g	Brennwert 144 kcal / 602 kJ Fett 4,7 g davon gesättigte Fettsäuren 3,24 g Kohlenhydrate 20,5 g davon Zucker 19,8 g Eiweiß 4,2 g Salz 0,19 g	Brennwert 144 kcal / 602 kJ Fett 4,6 g davon gesättigte Fettsäuren 3,00 g Kohlenhydrate 18,0 g davon Zucker 16,8 g Eiweiß 7,4 g Salz 0,16 g
<b>Abendessen</b>	Brennwert 581 kcal / 2429 kJ Fett 32,6 g davon gesättigte Fettsäuren 13,33 g Kohlenhydrate 51,4 g davon Zucker 5,9 g Eiweiß 17,5 g Salz 3,38 g	Brennwert 564 kcal / 2360 kJ Fett 30,3 g davon gesättigte Fettsäuren 14,55 g Kohlenhydrate 50,5 g davon Zucker 5,4 g Eiweiß 19,7 g Salz 3,10 g	Brennwert 608 kcal / 2542 kJ Fett 32,7 g davon gesättigte Fettsäuren 17,29 g Kohlenhydrate 51,8 g davon Zucker 5,7 g Eiweiß 23,4 g Salz 3,75 g	Brennwert 459 kcal / 1920 kJ Fett 30,5 g davon gesättigte Fettsäuren 7,69 g Kohlenhydrate 28,8 g davon Zucker 3,4 g Eiweiß 15,1 g Salz 4,33 g	Brennwert 535 kcal / 2238 kJ Fett 27,1 g davon gesättigte Fettsäuren 12,73 g Kohlenhydrate 53,7 g davon Zucker 8,9 g Eiweiß 16,0 g Salz 3,00 g	Brennwert 613 kcal / 2563 kJ Fett 35,9 g davon gesättigte Fettsäuren 18,85 g Kohlenhydrate 49,6 g davon Zucker 4,2 g Eiweiß 20,3 g Salz 3,65 g	Brennwert 646 kcal / 2701 kJ Fett 35,5 g davon gesättigte Fettsäuren 16,88 g Kohlenhydrate 54,6 g davon Zucker 3,5 g Eiweiß 24,2 g Salz 3,43 g