

# Essig Firmengruppe

Gültig vom 13.04.2020 bis 19.04.2020

KW 16	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
R7	13.04.2020	14.04.2020	15.04.2020	16.04.2020	17.04.2020	18.04.2020	19.04.2020
<b>Suppe</b>	V Gemüsebrühe mit Backerbsen (G,a,Ei,M)	GE Geflügelcremesuppe (G,c,Ei,M,03)	S, R Fleischklößchen (Ei) mit Kraftbrühe	V Gemüse-Kartoffelsuppe (M,Sel)	R Kraftbrühe mit Nudeleinlage (G,a,Ei)	V Spinatsuppe "Florentin" (M)	V Champignoncremesuppe (M,03)
<b>Vollkost</b>	LA Osterlammbraten mit Jus dazu Bohngemüse (M) und Rosmarinkartoffeln	V Pfannkuchen gefüllt mit Quark und Rosinen (G,a,Ei,M)	S Kassler Hals gefüllt (G,a,c,Ei,02,03,11) mit Sauce und Sauerkraut (M) dazu Kartoffelpüree (Soj,M)	S, R Zigeunerrolle mit (G,a,c,Ei,Soj,Sel,Sen) Zwiebelsauce dazu Wedges - Kartoffeln Karottensalat (02,03)	F Seelachs in Butter dazu (G,a,F,M) buntes Gemüse (M) mit Currysauce (M) und Reis (M)	R Rindfleischnudelpot mit Familiengemüse (G,a,Ei)	GE Putenbrustbraten gef. mit Karotte+Brokkoli (G,a,Sen,11) Sauce (Soj,M) Spätzle (G,a,Ei) Karottenscheiben (M)
<b>Leichte Vollkost</b>	GE Geflügelfrikadelle mit (G,a,Ei) Kräutersauce und (Soj,M,Sen,04) Karottenwürfel (M) Fettucine (G,a,Ei)	V gefüllte Saccrotini (G,a,Ei,M) Tomatenragout Vegetarisch (M,04) Karottensalat (02,03)	S Schlachtplatte mit Bauch (02,03,11) Blut- und (M,03) Leberwurst Sauerkraut (M) dazu Kartoffelpüree (Soj,M)	V Backofenkartoffeln mit buntem Gemüse mit Kräutersauce (Soj,M,Sen,04) Karottensalat (02,03)	S Fleischkäse mit (02,03,11) Sauce und Marktgemüse (M) dazu Kartoffeln	V Kaiserschmarrn (G,a,Ei,M) Apfelmus (03)	GE Geflügelspieß mit Curry-Ingwersauce (M) dazu Gemüserais (M,Sel)
<b>Vegetarisch</b>	V Gemüseschnitzel mit (G,a,f,d) Tomatensauce (M) dazu Kartoffeln	V Dreierlei Gemüse (M) Kartoffeln dazu Sour Cream Dip (M) Karottensalat (02,03)	V Schwarzwälder Spätzle-Pilz-Pfanne mit (G,a,Ei,M,03) Cremetunke (M)	V Valessschnitzel mit (G,a,f,Ei,M) Gemüserahmsauce (Soj,M,Sel) Penne (G,a) Karottensalat (02,03)	V Hirtentasche mit (G,a,Ei,M) Tomatensauce dazu (M) Reis (M)	V Süßkartoffel Gnocchi mit (G,a) Kräuter-Bergkäsesauce (M,Sen,04)	V Tofuklößchen mit (G,a,c,Ei,Soj,Sel) Gemüsesauce und (M,Sel) Karottenscheiben (M) Fusilli (G,a)
<b>Vital</b>	R Geschnetzeltes "Stroganoff" mit (06) Steckrüben (M) dazu Kartoffelpüree (Soj,M)	S, R Szegediner Gulasch dazu Kartoffelpüree (Soj,M) Krautsalat (03)	S Gefüllte Paprika mit (Ei) Tomatensauce (04) dazu Kartoffeln	S Fleischküchle mit (G,a,Ei,Sen) Zwiebelsauce dazu Kartoffeln Karottensalat (02,03)	GE Paniertes Hähnchenschnitzel mit (G,a,Ei) Geflügelsauce (03) Marktgemüse (M) Kartoffeln	S Schweinesteak mit Pikante Sauce Balkangemüse Rigatoni (G,a)	S Schweine Lachs (03,11) Champignonsauce (03) dazu Karottenscheiben (M) Geschmelzte Nudeln (G,a,Ei)
<b>Dessert</b>	V Panna Cotta Pudding (M) mit Rote Grütze	V Schokopudding (M)	V Frisches Obst	V Bananenquarkcreme (M)	V Frisches Obst	V Mousse au Chocolat (M)	V Heidelbeerjoghurt (M)
<b>Abendessen</b>	S Petersilienlyoner Pastete Butterkäse (M) dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)	S Fleischsalat (G,a,Ei,Sel,Sen,02,03,06,11) Eckkäse und (M) Tomate dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)	S Champignonlyoner (Sen,02,03,11) Gouda (M) Eiersalat und (G,a,Ei,Sen,SO2,01,03,05,06) Salatgurke dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)	F Hering in Tomatensauce (F,M) Schweizer Käse und (M) Tomate dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)	S Hausmacher Leberwurst am Stück (M,02,03) Senf (Sen) Schinken-Streichkäse und (M,02,03,11) Essiggurke (02,06) dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)	S Kochsalami (01,02,03,11) Tilsiter und (M) Waldorfsalat (N,b,Sel,02) dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)	S Aufschnitt (Sel,Sen,02,03,11) Emmentaler (M) Haussalat (G,a,Ei,Sel,Sen,SO2,01,03,05,06) dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)

KW 16	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
R7	13.04.2020	14.04.2020	15.04.2020	16.04.2020	17.04.2020	18.04.2020	19.04.2020
<b>Suppe</b>	Brennwert 179 kcal / 750 kJ Fett 11,0 g davon gesättigte Fettsäuren 5,15 g Kohlenhydrate 16,4 g davon Zucker 1,1 g Eiweiß 2,9 g Salz 1,20 g	Brennwert 53 kcal / 221 kJ Fett 3,6 g davon gesättigte Fettsäuren 2,14 g Kohlenhydrate 3,9 g davon Zucker 0,8 g Eiweiß 0,7 g Salz 0,79 g	Brennwert 77 kcal / 322 kJ Fett 5,3 g davon gesättigte Fettsäuren 2,29 g Kohlenhydrate 3,7 g davon Zucker 1,1 g Eiweiß 3,6 g Salz 2,26 g	Brennwert 63 kcal / 265 kJ Fett 3,3 g davon gesättigte Fettsäuren 1,90 g Kohlenhydrate 6,6 g davon Zucker 1,2 g Eiweiß 1,3 g Salz 0,91 g	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 54 kcal / 226 kJ Fett 3,3 g davon gesättigte Fettsäuren 1,85 g Kohlenhydrate 3,8 g davon Zucker 1,0 g Eiweiß 1,5 g Salz 1,04 g	Brennwert 56 kcal / 236 kJ Fett 3,6 g davon gesättigte Fettsäuren 2,03 g Kohlenhydrate 3,9 g davon Zucker 0,9 g Eiweiß 1,4 g Salz 1,14 g
<b>Vollkost</b>	Brennwert 299 kcal / 1249 kJ Fett 8,4 g davon gesättigte Fettsäuren 2,62 g Kohlenhydrate 34,0 g davon Zucker 3,3 g Eiweiß 21,3 g Salz 2,07 g	Brennwert 740 kcal / 3094 kJ Fett 14,9 g davon gesättigte Fettsäuren 4,68 g Kohlenhydrate 116,9 g davon Zucker 51,0 g Eiweiß 29,8 g Salz 1,70 g	Brennwert 343 kcal / 1437 kJ Fett 15,9 g davon gesättigte Fettsäuren 7,62 g Kohlenhydrate 27,2 g davon Zucker 6,0 g Eiweiß 20,2 g Salz 5,71 g	Brennwert 618 kcal / 2585 kJ Fett 31,8 g davon gesättigte Fettsäuren 8,55 g Kohlenhydrate 58,1 g davon Zucker 9,1 g Eiweiß 21,0 g Salz 3,16 g	Brennwert 432 kcal / 1807 kJ Fett 11,7 g davon gesättigte Fettsäuren 3,77 g Kohlenhydrate 56,0 g davon Zucker 5,9 g Eiweiß 26,7 g Salz 5,58 g	Brennwert 279 kcal / 1167 kJ Fett 10,0 g davon gesättigte Fettsäuren 4,51 g Kohlenhydrate 20,9 g davon Zucker 3,4 g Eiweiß 24,4 g Salz 2,62 g	Brennwert 434 kcal / 1815 kJ Fett 9,9 g davon gesättigte Fettsäuren 2,90 g Kohlenhydrate 59,6 g davon Zucker 13,6 g Eiweiß 24,6 g Salz 3,48 g
<b>Leichte Vollkost</b>	Brennwert 525 kcal / 2198 kJ Fett 16,9 g davon gesättigte Fettsäuren 4,81 g Kohlenhydrate 66,3 g davon Zucker 12,4 g Eiweiß 22,0 g Salz 3,70 g	Brennwert 603 kcal / 2522 kJ Fett 12,3 g davon gesättigte Fettsäuren 4,55 g Kohlenhydrate 91,6 g davon Zucker 18,2 g Eiweiß 29,2 g Salz 4,14 g	Brennwert 753 kcal / 3150 kJ Fett 57,1 g davon gesättigte Fettsäuren 23,53 g Kohlenhydrate 29,1 g davon Zucker 7,3 g Eiweiß 26,5 g Salz 7,98 g	Brennwert 285 kcal / 1192 kJ Fett 7,7 g davon gesättigte Fettsäuren 1,77 g Kohlenhydrate 42,8 g davon Zucker 17,2 g Eiweiß 8,2 g Salz 2,38 g	Brennwert 466 kcal / 1951 kJ Fett 28,0 g davon gesättigte Fettsäuren 9,62 g Kohlenhydrate 33,9 g davon Zucker 9,2 g Eiweiß 15,1 g Salz 3,03 g	Brennwert 1054 kcal / 4410 kJ Fett 18,6 g davon gesättigte Fettsäuren 4,60 g Kohlenhydrate 191,2 g davon Zucker 105,8 g Eiweiß 26,8 g Salz 2,12 g	Brennwert 414 kcal / 1733 kJ Fett 12,3 g davon gesättigte Fettsäuren 3,30 g Kohlenhydrate 40,8 g davon Zucker 4,9 g Eiweiß 33,6 g Salz 5,53 g
<b>Vegetarisch</b>	Brennwert 468 kcal / 1957 kJ Fett 11,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,41 g Kohlenhydrate 76,0 g davon Zucker 7,4 g Eiweiß 10,9 g Salz 2,33 g	Brennwert 447 kcal / 1870 kJ Fett 14,0 g davon gesättigte Fettsäuren 6,14 g Kohlenhydrate 60,9 g davon Zucker 11,6 g Eiweiß 13,8 g Salz 1,78 g	Brennwert 387 kcal / 1621 kJ Fett 16,6 g davon gesättigte Fettsäuren 4,51 g Kohlenhydrate 43,9 g davon Zucker 6,4 g Eiweiß 14,4 g Salz 4,47 g	Brennwert 549 kcal / 2299 kJ Fett 8,9 g davon gesättigte Fettsäuren 3,26 g Kohlenhydrate 81,9 g davon Zucker 5,6 g Eiweiß 28,6 g Salz 3,42 g	Brennwert 603 kcal / 2524 kJ Fett 24,6 g davon gesättigte Fettsäuren 8,50 g Kohlenhydrate 74,7 g davon Zucker 4,8 g Eiweiß 20,0 g Salz 8,15 g	Brennwert 597 kcal / 2498 kJ Fett 10,4 g davon gesättigte Fettsäuren 5,64 g Kohlenhydrate 108,7 g davon Zucker 30,4 g Eiweiß 12,4 g Salz 4,73 g	Brennwert 586 kcal / 2452 kJ Fett 15,1 g davon gesättigte Fettsäuren 5,19 g Kohlenhydrate 83,6 g davon Zucker 13,7 g Eiweiß 25,1 g Salz 3,63 g
<b>Vital</b>	Brennwert 473 kcal / 1981 kJ Fett 20,0 g davon gesättigte Fettsäuren 8,90 g Kohlenhydrate 42,9 g davon Zucker 14,9 g Eiweiß 26,2 g Salz 4,24 g	Brennwert 230 kcal / 961 kJ Fett 8,6 g davon gesättigte Fettsäuren 3,92 g Kohlenhydrate 30,8 g davon Zucker 8,3 g Eiweiß 4,3 g Salz 3,48 g	Brennwert 421 kcal / 1764 kJ Fett 18,7 g davon gesättigte Fettsäuren 7,08 g Kohlenhydrate 39,2 g davon Zucker 5,1 g Eiweiß 21,8 g Salz 1,98 g	Brennwert 508 kcal / 2127 kJ Fett 25,6 g davon gesättigte Fettsäuren 7,35 g Kohlenhydrate 50,6 g davon Zucker 6,8 g Eiweiß 16,2 g Salz 3,24 g	Brennwert 491 kcal / 2054 kJ Fett 16,2 g davon gesättigte Fettsäuren 2,15 g Kohlenhydrate 59,2 g davon Zucker 9,6 g Eiweiß 22,2 g Salz 2,86 g	Brennwert 454 kcal / 1899 kJ Fett 4,6 g davon gesättigte Fettsäuren 1,56 g Kohlenhydrate 67,8 g davon Zucker 8,7 g Eiweiß 29,3 g Salz 3,06 g	Brennwert 493 kcal / 2064 kJ Fett 16,6 g davon gesättigte Fettsäuren 3,47 g Kohlenhydrate 54,1 g davon Zucker 12,0 g Eiweiß 29,1 g Salz 2,80 g
<b>Dessert</b>	Brennwert 225 kcal / 942 kJ Fett 9,2 g davon gesättigte Fettsäuren 6,00 g Kohlenhydrate 30,8 g davon Zucker 19,9 g Eiweiß 4,2 g Salz 0,15 g	Brennwert 100 kcal / 417 kJ Fett 1,8 g davon gesättigte Fettsäuren 1,08 g Kohlenhydrate 16,8 g davon Zucker 12,0 g Eiweiß 4,0 g Salz 0,22 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 148 kcal / 618 kJ Fett 4,4 g davon gesättigte Fettsäuren 3,00 g Kohlenhydrate 19,2 g davon Zucker 18,0 g Eiweiß 7,4 g Salz 0,10 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 126 kcal / 527 kJ Fett 5,9 g davon gesättigte Fettsäuren 4,73 g Kohlenhydrate 14,3 g davon Zucker 13,5 g Eiweiß 3,6 g Salz 0,16 g	Brennwert 125 kcal / 522 kJ Fett 3,4 g davon gesättigte Fettsäuren 2,28 g Kohlenhydrate 20,4 g davon Zucker 18,0 g Eiweiß 3,2 g Salz 0,12 g
<b>Abendessen</b>	Brennwert 434 kcal / 1815 kJ Fett 20,3 g davon gesättigte Fettsäuren 12,32 g Kohlenhydrate 47,5 g davon Zucker 2,9 g Eiweiß 13,1 g Salz 1,93 g	Brennwert 777 kcal / 3250 kJ Fett 51,7 g davon gesättigte Fettsäuren 22,33 g Kohlenhydrate 51,2 g davon Zucker 6,2 g Eiweiß 23,5 g Salz 5,00 g	Brennwert 683 kcal / 2856 kJ Fett 42,5 g davon gesättigte Fettsäuren 17,93 g Kohlenhydrate 51,9 g davon Zucker 6,4 g Eiweiß 20,1 g Salz 4,89 g	Brennwert 635 kcal / 2657 kJ Fett 34,1 g davon gesättigte Fettsäuren 13,03 g Kohlenhydrate 53,1 g davon Zucker 6,5 g Eiweiß 25,9 g Salz 2,37 g	Brennwert 821 kcal / 3437 kJ Fett 55,8 g davon gesättigte Fettsäuren 23,71 g Kohlenhydrate 51,8 g davon Zucker 5,6 g Eiweiß 24,2 g Salz 4,87 g	Brennwert 692 kcal / 2895 kJ Fett 42,1 g davon gesättigte Fettsäuren 19,70 g Kohlenhydrate 51,8 g davon Zucker 6,1 g Eiweiß 23,7 g Salz 3,70 g	Brennwert 671 kcal / 2809 kJ Fett 40,9 g davon gesättigte Fettsäuren 19,08 g Kohlenhydrate 52,1 g davon Zucker 4,1 g Eiweiß 21,1 g Salz 3,59 g