

KW 52	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
R5	27.12.2021	28.12.2021	29.12.2021	30.12.2021	31.12.2021	01.01.2022	02.01.2022
Suppe	R Kraftbrühe mit Nudleinlage (G,a,Ei)	R Stuttgarter Cremesuppe (M,Sel)	S Suppenmaultaschen mit (G,a,Ei,Sel) Kraftbrühe	V Blumenkohlcremesuppe (M)	V Gemüsebrühe mit Backerbsen (G,a,Ei,M)	V Serbische Bohnensuppe (M)	V Gemüsecremesuppe (M,Sel)
Vollkost	S Leberknödel mit (G,a,Ei) brauner Sauce dazu Sauerkraut (M,11) und Kartoffelpüree (Soj,M,11)	R Tortelloni Tricolore Carne (G,a,d,Ei) mit Bechamel-Käsesauce (M) Endiviensalat und Dressing (Ei,M)	R Chili con Carne (02)	S, R Fleischkäse mit (Sel,Sen,01,02,03,11) brauner Sauce dazu Kartoffelpüree (Soj,M,11) und Endiviensalat mit Dressing (Ei,M)	F Seelachs in Butter (G,a,F,M) dazu Zitronen-Dill-Sauce (F,M,SO2,03) Karottenscheiben und (M,01) Kräuterkartoffeln	S Zwei Schweinemedallions mit (11) Champignon Rahmsauce (M,SO2,03) Speck-Zwiebel-Rosenkohl (M,01,02,03,11) Geschmälzte Nudeln (G,a)	GE Hähnchenbrustfilet Piccata (G,a,M) mit Kräutersauce (M,Sen,04) und Penne (G,a) dazu Erbsen (M,01)
Leichte Vollkost	S Geschnetzeltes Forstmeister Art (SO2,03) und Wintergemüse (M,01) dazu Fusilli (G,a)	V Apfelstrudel mit (G,a,Ei) Vanillesauce (M)	S Schweinehackbraten (G,a,Ei,Sel,Sen,03) mit brauner Sauce und Leipziger Allerlei (M) dazu Kartoffelpüree (Soj,M,11)	R Rindergeschnetzeltes dazu Fettucine (G,a,Ei) Endiviensalat Dressing (Ei,M)	V Grießbrei mit (G,a,M) Apfelkompott (03)	S Oberländer mit (Sel,Sen,11) brauner Sauce Blumenkohl in Schmelze (G,a) und Kartoffelpüree (Soj,M,11)	GE Putensteak mit Geflügelsauce und (G,c,Ei,03) Erbsen (M,01) dazu Reis (M,01)
Vegetarisch	V Karottensoufflee mit (G,a,Ei,M,11) Gemüsereis und (M,01) Kräutersauce (M,Sen,04)	V Käsespätzle (G,a,Ei,M,01) Endiviensalat mit Dressing (Ei,M)	V Gefüllte Zucchini mit (M,11) Sauce 'Feurige Art' dazu Makkaroni (G,a)	V Tomatennudeln mit (G,a,Ei) Champignons in Zwiebelcreme (G,a,M,SO2,03) Endiviensalat Dressing (Ei,M)	V Rote Beete-Brätling mit Rote-Beete-Sauce (M,06) dazu Reis (M,01)	V Omelette mit (Ei,M,11) buntem Gemüse in Sauce Hollandaise (Ei,M,Sen) dazu Kräuter-Würfelkartoffeln	V Frühlingsrolle mit (G,a,Sel,Sen) süß-saurer Sauce (M,SO2,01,02,03,06) dazu Streifengemüse (M,Sel,01) und Reis (M,01)
Vital	LA Lammfrikadelle mit (G,a,Ei) Rosmarinsauce und Wintergemüse (M,01) dazu Würfel-Kartoffeln	R Leberragout 'Berliner Art' (03) dazu Kartoffelpüree (Soj,M,11) Endiviensalat mit Dressing (Ei,M)	S Rote Wurst mit (Sel,Sen,01,02,03,11) Kartoffeleintopf (Sel)	S Fleischklößchen mit (G,a,Ei) Sauce 'mexikanische Art' dazu Curryreis (M,01) Endiviensalat Dressing (Ei,M)	S Schweineroulade gefüllt mit Speck (Sel,Sen) dazu Rahmsauce (M) mit Karottenscheiben (M,01) und Spätzle (G,a,Ei)	GE Hähnchenkeule mit (G,a,Soj) Geflügelsauce und (G,c,Ei,03) Blumenkohl in Schmelze (G,a) dazu Kräuter-Würfelkartoffeln	R Rinderbraten mit brauner Sauce und Rotkohl dazu (06) Kräuter-Bechamel-Kartoffeln (M)
Dessert	V Mirabellen-Kompott (03)	V Erdbeerrjoghurt (M)	V Frisches Obst	V Vanillepudding (M)	V Panna Cotta Pudding (M) mit Punchpflaumen (03)	V Mandarinen-Mascarponecreme (M)	V Stracciatella-Joghurt (M)
Abendessen	S Zungenwurst (Sel,Sen,02,03,11) mit Senf und (Sen) Kräuter-Schmelzkäse (M,11) dazu Mixed Pickles (SO2,03,06) Brot und (G,a,b) Joghurtbutter (M)	V Nudelsalat (G,a,Ei,Sel,Sen,SO2,01,03,06) mit Tilsiter und (M) dazu Brot und (G,a,b) Joghurtbutter (M)	S Kalbsleberwurst (Sel,Sen,02,03) Butterkäse und (M) Rettich dazu Brot und (G,a,b) Joghurtbutter (M)	S Salami und (02,03) Käseaufschnitt mit (M,01,02) Mixed Pickles (SO2,03,06) Brot und (G,a,b) Joghurtbutter (M)	F Feiner Silvesterteller mit Fisch (F) dazu Brot und (G,a,b) Joghurtbutter (M)	S Bierwurst (Sel,Sen,02,03) Kräuterfrischkäse (M) und Senfgurke (Sen,03,06) dazu Brot mit (G,a,b) Joghurtbutter (M)	S Wurstaufschnitt (Sel,Sen,SO2,01,02,03,11) Eiersalat (G,a,Ei,Sen,SO2,01,03,06) und Gouda (M) dazu Brot und (G,a,b) Joghurtbutter (M)

KW 52	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
R5	27.12.2021	28.12.2021	29.12.2021	30.12.2021	31.12.2021	01.01.2022	02.01.2022
Suppe	Brennwert 70 kcal / 292 kJ Fett 0,7 g davon gesättigte Fettsäuren 0,27 g Kohlenhydrate 13,3 g davon Zucker 1,0 g Eiweiß 2,3 g Salz 0,86 g	Brennwert 49 kcal / 203 kJ Fett 3,2 g davon gesättigte Fettsäuren 1,83 g Kohlenhydrate 3,9 g davon Zucker 0,5 g Eiweiß 0,6 g Salz 0,96 g	Brennwert 44 kcal / 185 kJ Fett 1,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,47 g Kohlenhydrate 6,7 g davon Zucker 0,9 g Eiweiß 1,6 g Salz 1,09 g	Brennwert 48 kcal / 201 kJ Fett 3,0 g davon gesättigte Fettsäuren 1,66 g Kohlenhydrate 3,8 g davon Zucker 0,5 g Eiweiß 1,0 g Salz 0,87 g	Brennwert 102 kcal / 425 kJ Fett 6,0 g davon gesättigte Fettsäuren 2,87 g Kohlenhydrate 10,0 g davon Zucker 0,5 g Eiweiß 1,6 g Salz 1,16 g	Brennwert 55 kcal / 232 kJ Fett 3,6 g davon gesättigte Fettsäuren 2,02 g Kohlenhydrate 4,6 g davon Zucker 0,3 g Eiweiß 1,0 g Salz 0,99 g	Brennwert 50 kcal / 209 kJ Fett 3,3 g davon gesättigte Fettsäuren 1,83 g Kohlenhydrate 4,1 g davon Zucker 0,4 g Eiweiß 0,7 g Salz 0,97 g
Vollkost	Brennwert 86 kcal / 358 kJ Fett 3,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,64 g Kohlenhydrate 8,8 g davon Zucker 1,4 g Eiweiß 3,9 g Salz 1,19 g	Brennwert 118 kcal / 495 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,55 g Kohlenhydrate 17,7 g davon Zucker 1,4 g Eiweiß 4,6 g Salz 0,95 g	Brennwert 44 kcal / 184 kJ Fett 1,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,48 g Kohlenhydrate 3,3 g davon Zucker 0,9 g Eiweiß 5,1 g Salz 0,51 g	Brennwert 98 kcal / 409 kJ Fett 5,8 g davon gesättigte Fettsäuren 2,80 g Kohlenhydrate 5,9 g davon Zucker 1,4 g Eiweiß 4,0 g Salz 1,27 g	Brennwert 81 kcal / 337 kJ Fett 3,3 g davon gesättigte Fettsäuren 1,04 g Kohlenhydrate 7,6 g davon Zucker 2,4 g Eiweiß 4,3 g Salz 0,61 g	Brennwert 111 kcal / 465 kJ Fett 4,2 g davon gesättigte Fettsäuren 0,77 g Kohlenhydrate 10,3 g davon Zucker 1,2 g Eiweiß 7,2 g Salz 0,89 g	Brennwert 151 kcal / 632 kJ Fett 5,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,31 g Kohlenhydrate 16,6 g davon Zucker 0,9 g Eiweiß 7,7 g Salz 1,02 g
Leichte Vollkost	Brennwert 113 kcal / 471 kJ Fett 3,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,75 g Kohlenhydrate 12,9 g davon Zucker 1,6 g Eiweiß 6,9 g Salz 0,46 g	Brennwert 125 kcal / 521 kJ Fett 2,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,61 g Kohlenhydrate 24,0 g davon Zucker 13,5 g Eiweiß 2,7 g Salz 0,26 g	Brennwert 90 kcal / 375 kJ Fett 4,3 g davon gesättigte Fettsäuren 2,05 g Kohlenhydrate 7,4 g davon Zucker 1,6 g Eiweiß 4,1 g Salz 1,06 g	Brennwert 125 kcal / 523 kJ Fett 2,7 g davon gesättigte Fettsäuren 0,92 g Kohlenhydrate 15,4 g davon Zucker 0,9 g Eiweiß 9,2 g Salz 0,59 g	Brennwert 67 kcal / 279 kJ Fett 0,9 g davon gesättigte Fettsäuren 0,56 g Kohlenhydrate 11,9 g davon Zucker 7,5 g Eiweiß 2,6 g Salz 0,09 g	Brennwert 100 kcal / 418 kJ Fett 6,1 g davon gesättigte Fettsäuren 2,39 g Kohlenhydrate 6,4 g davon Zucker 1,6 g Eiweiß 3,7 g Salz 1,04 g	Brennwert 118 kcal / 494 kJ Fett 4,4 g davon gesättigte Fettsäuren 0,93 g Kohlenhydrate 12,4 g davon Zucker 1,0 g Eiweiß 6,4 g Salz 0,74 g
Vegetarisch	Brennwert 114 kcal / 478 kJ Fett 5,5 g davon gesättigte Fettsäuren 2,07 g Kohlenhydrate 12,4 g davon Zucker 1,8 g Eiweiß 3,3 g Salz 0,93 g	Brennwert 215 kcal / 898 kJ Fett 11,3 g davon gesättigte Fettsäuren 4,22 g Kohlenhydrate 19,9 g davon Zucker 1,0 g Eiweiß 7,7 g Salz 1,22 g	Brennwert 98 kcal / 408 kJ Fett 1,5 g davon gesättigte Fettsäuren 0,39 g Kohlenhydrate 17,2 g davon Zucker 2,1 g Eiweiß 3,3 g Salz 0,73 g	Brennwert 101 kcal / 424 kJ Fett 3,2 g davon gesättigte Fettsäuren 1,53 g Kohlenhydrate 14,4 g davon Zucker 1,0 g Eiweiß 3,3 g Salz 0,59 g	Brennwert 152 kcal / 634 kJ Fett 6,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,22 g Kohlenhydrate 18,1 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 3,4 g Salz 0,73 g	Brennwert 73 kcal / 305 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,22 g Kohlenhydrate 8,1 g davon Zucker 1,6 g Eiweiß 3,4 g Salz 0,47 g	Brennwert 113 kcal / 471 kJ Fett 4,4 g davon gesättigte Fettsäuren 0,85 g Kohlenhydrate 15,0 g davon Zucker 2,6 g Eiweiß 2,2 g Salz 0,73 g
Vital	Brennwert 82 kcal / 342 kJ Fett 3,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,18 g Kohlenhydrate 7,8 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 3,6 g Salz 0,69 g	Brennwert 91 kcal / 381 kJ Fett 3,1 g davon gesättigte Fettsäuren 1,46 g Kohlenhydrate 7,9 g davon Zucker 1,6 g Eiweiß 7,0 g Salz 0,57 g	Brennwert 73 kcal / 306 kJ Fett 4,3 g davon gesättigte Fettsäuren 1,88 g Kohlenhydrate 5,1 g davon Zucker 1,2 g Eiweiß 2,9 g Salz 0,80 g	Brennwert 143 kcal / 598 kJ Fett 6,7 g davon gesättigte Fettsäuren 2,36 g Kohlenhydrate 16,1 g davon Zucker 1,5 g Eiweiß 4,2 g Salz 1,09 g	Brennwert 113 kcal / 472 kJ Fett 4,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,45 g Kohlenhydrate 10,1 g davon Zucker 2,4 g Eiweiß 6,7 g Salz 0,72 g	Brennwert 100 kcal / 417 kJ Fett 4,7 g davon gesättigte Fettsäuren 1,08 g Kohlenhydrate 6,2 g davon Zucker 1,2 g Eiweiß 7,6 g Salz 1,04 g	Brennwert 53 kcal / 221 kJ Fett 1,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,54 g Kohlenhydrate 6,5 g davon Zucker 1,6 g Eiweiß 3,5 g Salz 1,38 g
Dessert	Brennwert 77 kcal / 322 kJ Fett 0,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,10 g Kohlenhydrate 17,7 g davon Zucker 15,9 g Eiweiß 0,2 g Salz 0,10 g	Brennwert 102 kcal / 427 kJ Fett 3,0 g davon gesättigte Fettsäuren 2,00 g Kohlenhydrate 15,0 g davon Zucker 14,5 g Eiweiß 3,8 g Salz 0,13 g	Brennwert 61 kcal / 255 kJ Fett 0,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,02 g Kohlenhydrate 14,4 g davon Zucker 13,2 g Eiweiß 0,3 g Salz 0,00 g	Brennwert 78 kcal / 326 kJ Fett 1,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,00 g Kohlenhydrate 13,0 g davon Zucker 10,0 g Eiweiß 3,2 g Salz 0,18 g	Brennwert 112 kcal / 468 kJ Fett 4,1 g davon gesättigte Fettsäuren 2,70 g Kohlenhydrate 16,2 g davon Zucker 12,9 g Eiweiß 1,9 g Salz 0,14 g	Brennwert 128 kcal / 536 kJ Fett 5,1 g davon gesättigte Fettsäuren 3,40 g Kohlenhydrate 18,0 g davon Zucker 16,0 g Eiweiß 2,5 g Salz 0,13 g	Brennwert 125 kcal / 523 kJ Fett 5,0 g davon gesättigte Fettsäuren 3,30 g Kohlenhydrate 16,2 g davon Zucker 14,7 g Eiweiß 3,6 g Salz 0,10 g
Abendessen	Brennwert 216 kcal / 904 kJ Fett 11,5 g davon gesättigte Fettsäuren 5,80 g Kohlenhydrate 18,8 g davon Zucker 2,1 g Eiweiß 8,2 g Salz 1,79 g	Brennwert 263 kcal / 1099 kJ Fett 14,5 g davon gesättigte Fettsäuren 6,47 g Kohlenhydrate 23,6 g davon Zucker 1,6 g Eiweiß 8,2 g Salz 1,19 g	Brennwert 268 kcal / 1123 kJ Fett 15,2 g davon gesättigte Fettsäuren 8,10 g Kohlenhydrate 22,2 g davon Zucker 1,8 g Eiweiß 9,6 g Salz 1,42 g	Brennwert 292 kcal / 1220 kJ Fett 18,0 g davon gesättigte Fettsäuren 11,63 g Kohlenhydrate 20,0 g davon Zucker 1,4 g Eiweiß 11,4 g Salz 1,47 g	Brennwert 151 kcal / 630 kJ Fett 6,2 g davon gesättigte Fettsäuren 3,56 g Kohlenhydrate 18,3 g davon Zucker 1,1 g Eiweiß 4,6 g Salz 0,71 g	Brennwert 210 kcal / 879 kJ Fett 10,4 g davon gesättigte Fettsäuren 6,50 g Kohlenhydrate 19,6 g davon Zucker 1,8 g Eiweiß 8,5 g Salz 1,39 g	Brennwert 241 kcal / 1010 kJ Fett 13,7 g davon gesättigte Fettsäuren 7,06 g Kohlenhydrate 19,4 g davon Zucker 1,5 g Eiweiß 9,3 g Salz 1,31 g

alle Nährwerte je 100g