

| KW 8 | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|-------------------------|---|--|--|--|---|--|--|
| R6 | 21.02.2022 | 22.02.2022 | 23.02.2022 | 24.02.2022 | 25.02.2022 | 26.02.2022 | 27.02.2022 |
| Suppe | R Kraftbrühe Nudeleinlage (G,a,Ei) | S, R Fränkische Kartoffelsuppe (M,02,03,11) | R Kraftbrühe Flädle (G,a,Ei,M) | R Tomatensuppe | V Gemüsebrühe Nudeleinlage (G,a,Ei) | V Paprikacremesuppe (M) | V Lauchcremesuppe (M) |
| Vollkost | S Frikadelle (G,a,Ei,03) Zwiebelsauce Bohnen (M,01) Kartoffeln | S Tiroler Gulasch (SO2,03) dazu Semmelknödel (G,a,Ei,M) Karottensalat (03) | S Kohlroulade (G,a,Sen) Kümmelsauce Kartoffelpüree (Soj,M,11) | S, R Krautspeckknöpfe (G,a,d,Ei,M,02,03,11) Braune Sauce Karottensalat (03) | S, R Szevediner Gulasch Kartoffelpüree (Soj,M,11) | S, R Landfrauentopf mit Schinkenwürstwürfel (Sel,Sen,01,02,03) | S Gefüllter Schweinerücken (Sel,Sen,11) Specksauce (02,03,11) Pariser Karotten (M,01) Kartoffelknödel (Ei) |
| Leichte Vollkost | S Weißer Fleischkäse (Sel,Sen) Braune Sauce Kaisergemüse (M,01) Kartoffelpüree (Soj,M,11) | S Schweinehalsbraten Braune Sauce Kartoffelpüree (Soj,M,11) Karottensalat (03) | GE Geflügelklößle (G,a) Dillsauce (M) Steckrüben (M,01) Kräuterreis (M,01) | R Gemüse-Nudelpfanne mit Rinderhackfleisch (G,a,M,Sel,01) Tomatensauce (M) Karottensalat (03) | V Dampfnudel (G,a,Ei,M) Vanillesauce (M) | S Rostbratwurst (Sel,Sen,11) Braune Sauce Rahmwirsing (M) dazu Kartoffelpüree (Soj,M,11) | KA Kalbsragout (G,c,Sel) Pariser Karotten (M,01) Fusilli (G,a) |
| Vegetarisch | V Gemüsetasche 'Vitality' (G,a,Ei,M,Sel) Grüne Sauce (M) Reis (M,01) | V Pfannkuchen (G,a,Ei,M,11) Apfelmus (03) | V Vegetarisch gefüllte Paprika (G,a,Sel,Sen) Tomatensauce (M) Kräuterreis (M,01) | V Vegetarische Cannelloni (G,a,Ei,M) Käsesauce (M) Karottensalat (03) | V Spanischer Kartoffelauf (Ei,M) Tomatensauce (M) | V Waldpilzragout (M) Serviettenknödel (G,a,Ei) | V Blumenkohl "Schweizer Art" (M) Kartoffelrösti (11) |
| Vital | LA Lammragout Bohnen (M,01) Rosmarinkartoffeln | V Schupfnudel-Gemüsepfanne (G,a,Ei,M,02) Kräutersauce (M,Sen,04) Karottensalat (03) | S Champignonfleischkäse (Sel,Sen,SO2,01,02,03,11) Senfsauce (Sen) Bauernkartoffeln mit Gemüse (M,01) | GE Hähnchen Cordon Bleu (G,a,M,Sel,01,02) Pikante Sauce Kartoffeln Karottensalat (03) | F Alaska Seelachs in gerösteter Mehrkornpanade (G,a,F) Kräutersauce (M,Sen,04) Erbsen-Karottengemüse (M,01) Farfalle Tricolori (G,a) | S Kassler Hals (02,03,11) Braune Sauce Rahmwirsing (M) Kartoffeln | S, R Rinderroulade (G,a,Sen,02) Braune Sauce Brokkoliröschen (M,01) Kartoffelknödel (Ei) |
| Dessert | V Apfelmus (03) | V Waldfruchtjoghurt (M) | V Frisches Obst | V Pfirsich-Maracuja-Joghurt (M) | V Frisches Obst | V Buttermilchdessert Birne-Vanille (M) | V Erdbeerquarkcreme (M) |
| Abendessen | S Schinkenwurst (Sel,Sen,01,02,03) Farmersala (Sel) Essiggurke (02,06) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M) | S Mortadella (Sel,Sen,01,02,03,11) Champignonstreichkäse (M,11) Radieschen Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M) | S Bierschinken (Sel,Sen,01,02,03,11) Gouda (M) Senfgurken (Sen,03,06) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M) | S Frikadelle (G,a,Ei,03) Senf (Sen) Kartoffel-Gurken-Salat (Sen,SO2,01,03) | S Fleischwurst im Ring (Sel,Sen,01,02,03,11) Angemachter Frischkäse (M) Mixed Pickles (SO2,03,06) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M) | S Wurstaufschnitt (Sel,Sen,SO2,01,02,03,11) Tilsiter (M) Silberzwiebeln (SO2,03,06) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M) | GE Geflügelauflauf (02,03) Maasdamer (M) Nudelsalat (G,a,Ei,Sel,Sen,SO2,01,03,06) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M) |

| KW 8 | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|-------------------------|---|---|--|---|---|---|--|
| R6 | 21.02.2022 | 22.02.2022 | 23.02.2022 | 24.02.2022 | 25.02.2022 | 26.02.2022 | 27.02.2022 |
| 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 57 kcal / 237 kJ Fett 3,6 g davon gesättigte Fettsäuren 1,95 g Kohlenhydrate 4,6 g davon Zucker 0,5 g Eiweiß 1,1 g Salz 0,98 g | Brennwert 41 kcal / 173 kJ Fett 1,9 g davon gesättigte Fettsäuren 0,40 g Kohlenhydrate 4,8 g davon Zucker 0,7 g Eiweiß 1,2 g Salz 1,00 g | Brennwert 37 kcal / 156 kJ Fett 0,6 g davon gesättigte Fettsäuren 0,27 g Kohlenhydrate 6,4 g davon Zucker 3,3 g Eiweiß 1,2 g Salz 1,31 g | Brennwert 69 kcal / 290 kJ Fett 0,6 g davon gesättigte Fettsäuren 0,20 g Kohlenhydrate 13,3 g davon Zucker 0,7 g Eiweiß 2,4 g Salz 0,84 g | Brennwert 49 kcal / 205 kJ Fett 3,2 g davon gesättigte Fettsäuren 1,82 g Kohlenhydrate 4,0 g davon Zucker 0,4 g Eiweiß 0,7 g Salz 1,02 g | Brennwert 46 kcal / 191 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,64 g Kohlenhydrate 3,8 g davon Zucker 0,6 g Eiweiß 0,7 g Salz 0,87 g |
| Vollkost | Brennwert 82 kcal / 345 kJ Fett 3,6 g davon gesättigte Fettsäuren 1,13 g Kohlenhydrate 7,5 g davon Zucker 0,8 g Eiweiß 4,8 g Salz 0,84 g | Brennwert 142 kcal / 595 kJ Fett 7,0 g davon gesättigte Fettsäuren 1,29 g Kohlenhydrate 11,4 g davon Zucker 2,8 g Eiweiß 7,7 g Salz 1,24 g | Brennwert 99 kcal / 413 kJ Fett 5,1 g davon gesättigte Fettsäuren 2,34 g Kohlenhydrate 8,5 g davon Zucker 1,9 g Eiweiß 3,0 g Salz 1,05 g | Brennwert 103 kcal / 432 kJ Fett 5,0 g davon gesättigte Fettsäuren 1,20 g Kohlenhydrate 11,3 g davon Zucker 1,9 g Eiweiß 3,1 g Salz 1,51 g | Brennwert 83 kcal / 347 kJ Fett 3,4 g davon gesättigte Fettsäuren 1,42 g Kohlenhydrate 7,2 g davon Zucker 1,5 g Eiweiß 4,8 g Salz 0,80 g | Brennwert 46 kcal / 194 kJ Fett 2,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,87 g Kohlenhydrate 4,9 g davon Zucker 1,1 g Eiweiß 1,8 g Salz 0,64 g | Brennwert 102 kcal / 427 kJ Fett 3,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,12 g Kohlenhydrate 11,6 g davon Zucker 2,0 g Eiweiß 4,6 g Salz 0,98 g |
| Leichte Vollkost | Brennwert 89 kcal / 372 kJ Fett 5,5 g davon gesättigte Fettsäuren 2,30 g Kohlenhydrate 6,2 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 3,3 g Salz 1,00 g | Brennwert 94 kcal / 393 kJ Fett 5,4 g davon gesättigte Fettsäuren 1,67 g Kohlenhydrate 7,2 g davon Zucker 2,5 g Eiweiß 3,7 g Salz 1,34 g | Brennwert 101 kcal / 423 kJ Fett 4,3 g davon gesättigte Fettsäuren 1,15 g Kohlenhydrate 11,8 g davon Zucker 1,4 g Eiweiß 3,4 g Salz 0,61 g | Brennwert 135 kcal / 565 kJ Fett 6,2 g davon gesättigte Fettsäuren 1,11 g Kohlenhydrate 14,0 g davon Zucker 3,1 g Eiweiß 5,2 g Salz 1,39 g | Brennwert 194 kcal / 810 kJ Fett 6,2 g davon gesättigte Fettsäuren 1,01 g Kohlenhydrate 29,5 g davon Zucker 8,4 g Eiweiß 4,9 g Salz 0,56 g | Brennwert 87 kcal / 363 kJ Fett 4,9 g davon gesättigte Fettsäuren 2,38 g Kohlenhydrate 6,1 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 3,5 g Salz 1,08 g | Brennwert 112 kcal / 469 kJ Fett 2,8 g davon gesättigte Fettsäuren 0,51 g Kohlenhydrate 13,3 g davon Zucker 2,0 g Eiweiß 7,4 g Salz 0,67 g |
| Vegetarisch | Brennwert 135 kcal / 567 kJ Fett 5,4 g davon gesättigte Fettsäuren 1,46 g Kohlenhydrate 18,3 g davon Zucker 0,7 g Eiweiß 2,9 g Salz 0,70 g | Brennwert 141 kcal / 590 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 0,88 g Kohlenhydrate 23,4 g davon Zucker 10,8 g Eiweiß 4,3 g Salz 0,36 g | Brennwert 108 kcal / 450 kJ Fett 3,4 g davon gesättigte Fettsäuren 0,62 g Kohlenhydrate 15,0 g davon Zucker 2,1 g Eiweiß 3,5 g Salz 0,86 g | Brennwert 132 kcal / 552 kJ Fett 5,2 g davon gesättigte Fettsäuren 2,12 g Kohlenhydrate 16,2 g davon Zucker 2,5 g Eiweiß 4,8 g Salz 1,32 g | Brennwert 83 kcal / 348 kJ Fett 3,6 g davon gesättigte Fettsäuren 1,81 g Kohlenhydrate 8,7 g davon Zucker 1,8 g Eiweiß 3,2 g Salz 0,92 g | Brennwert 90 kcal / 378 kJ Fett 2,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,51 g Kohlenhydrate 16,0 g davon Zucker 2,4 g Eiweiß 1,8 g Salz 1,05 g | Brennwert 107 kcal / 450 kJ Fett 4,8 g davon gesättigte Fettsäuren 1,20 g Kohlenhydrate 12,3 g davon Zucker 1,4 g Eiweiß 2,7 g Salz 0,73 g |
| Vital | Brennwert 85 kcal / 355 kJ Fett 3,6 g davon gesättigte Fettsäuren 0,91 g Kohlenhydrate 7,5 g davon Zucker 1,0 g Eiweiß 5,4 g Salz 0,52 g | Brennwert 106 kcal / 444 kJ Fett 5,2 g davon gesättigte Fettsäuren 1,21 g Kohlenhydrate 12,5 g davon Zucker 2,8 g Eiweiß 1,8 g Salz 1,12 g | Brennwert 93 kcal / 390 kJ Fett 5,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,59 g Kohlenhydrate 5,9 g davon Zucker 1,0 g Eiweiß 4,3 g Salz 1,26 g | Brennwert 110 kcal / 462 kJ Fett 4,8 g davon gesättigte Fettsäuren 0,88 g Kohlenhydrate 9,6 g davon Zucker 2,0 g Eiweiß 6,6 g Salz 0,91 g | Brennwert 134 kcal / 560 kJ Fett 4,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,00 g Kohlenhydrate 16,5 g davon Zucker 2,1 g Eiweiß 5,5 g Salz 0,70 g | Brennwert 69 kcal / 287 kJ Fett 2,4 g davon gesättigte Fettsäuren 0,99 g Kohlenhydrate 7,6 g davon Zucker 1,3 g Eiweiß 3,6 g Salz 0,94 g | Brennwert 90 kcal / 376 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 0,74 g Kohlenhydrate 10,0 g davon Zucker 1,1 g Eiweiß 6,0 g Salz 0,97 g |
| Dessert | Brennwert 69 kcal / 289 kJ Fett 0,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,10 g Kohlenhydrate 15,8 g davon Zucker 14,3 g Eiweiß 0,2 g Salz 0,00 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 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 120 kcal / 502 kJ Fett 3,9 g davon gesättigte Fettsäuren 2,70 g Kohlenhydrate 17,1 g davon Zucker 16,5 g Eiweiß 3,5 g Salz 0,16 g | Brennwert 120 kcal / 502 kJ Fett 3,8 g davon gesättigte Fettsäuren 2,50 g Kohlenhydrate 15,0 g davon Zucker 14,0 g Eiweiß 6,2 g Salz 0,13 g |
| Abendessen | Brennwert 231 kcal / 965 kJ Fett 13,4 g davon gesättigte Fettsäuren 5,91 g Kohlenhydrate 20,0 g davon Zucker 2,5 g Eiweiß 6,4 g Salz 1,59 g | Brennwert 238 kcal / 996 kJ Fett 12,9 g davon gesättigte Fettsäuren 7,58 g Kohlenhydrate 20,6 g davon Zucker 2,2 g Eiweiß 8,6 g Salz 1,41 g | Brennwert 198 kcal / 829 kJ Fett 9,2 g davon gesättigte Fettsäuren 5,59 g Kohlenhydrate 19,3 g davon Zucker 1,5 g Eiweiß 8,5 g Salz 1,32 g | Brennwert 119 kcal / 496 kJ Fett 6,1 g davon gesättigte Fettsäuren 1,81 g Kohlenhydrate 7,6 g davon Zucker 0,8 g Eiweiß 7,6 g Salz 1,52 g | Brennwert 235 kcal / 985 kJ Fett 14,4 g davon gesättigte Fettsäuren 8,12 g Kohlenhydrate 19,3 g davon Zucker 2,1 g Eiweiß 6,4 g Salz 1,31 g | Brennwert 226 kcal / 946 kJ Fett 11,8 g davon gesättigte Fettsäuren 6,70 g Kohlenhydrate 20,6 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 8,2 g Salz 1,36 g | Brennwert 250 kcal / 1045 kJ Fett 13,5 g davon gesättigte Fettsäuren 5,98 g Kohlenhydrate 21,7 g davon Zucker 1,5 g Eiweiß 9,5 g Salz 1,28 g |

alle Nährwerte je 100g