

**BESTELLWOCHE 2 VOM 08.01.2018 - 14.01.2018**

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
Montag 08.01.18	Tomatensoße, Wurstwürfel 1,a,g Gabelspaghetti a,c,g Reibekäse g Lebkuchencremedessert g,i 528 kcal 4.21 BE KH 50.37 g	2 Kochklops, Soße a,c,g,i,j Blumenkohl/Hollandaise c,g,i Salzkartoffeln l Lebkuchencremedessert g,i 432 kcal 3.02 BE KH 36.19 g	Schweinegulasch, Soße a,g,j Kräuterkarottengemüse g,i Salzkartoffeln l Lebkuchencremedessert g,i 424 kcal 3.16 BE KH 38.05 g	T Schweinebraten, Soße a,c T Bohnengemüse c Salzkartoffeln l Lebkuchencremedessert g,i 403 kcal 2.86 BE KH 27.04 g	Tomatensoße, Wurstwürfel 1,a,g Gabelspaghetti a,c,g Reibekäse g Lebkuchencremedessert g,i 457 kcal 3.51 BE KH 42.04 g
Dienstag 09.01.18	Hackbraten, Zwiebelsoße a,f,g,i,j Bayrisch-Kraut 7 Kartoffelselleriepüree g Vanillequark 1,5,g 443 kcal 3.83 BE KH 45.93 g	5 Geflügelnuggets, Soße a,c,f,i Gelbes Karottengemüse g Butterreis g Vanillequark 1,5,g 431 kcal 3.34 BE KH 40.07 g	Pangasius ged., Zitronensoße 2,a,d,g Gelbes Karottengemüse g Salzkartoffeln l Vanillequark 1,5,g 305 kcal 1.96 BE KH 23.61 g	T Lachs, Buttersoße a,c,d,g T Broccoligemüse Kartoffelselleriepüree g Vanillequark 1,5,g 414 kcal 2.96 BE KH 35.51 g	Hackbraten, Zwiebelsoße a,f,g,i,j Bayrisch-Kraut 7 Kartoffelselleriepüree g Vanillequark 1,5,g 367 kcal 3.05 BE KH 36.62 g
Mittwoch 10.01.18	Hokifischfilet pan., Senfsoße a,c,d,g,j Blumenkohlgemüse g Salzkartoffeln l Lemmoncremedessert 1,a,g 463 kcal 3.28 BE KH 39.32 g	Lammkeulenbraten, Soße a,j Brechbohngemüse g 2 Grüne Klöße 6 Lemmoncremedessert 1,a,g 435 kcal 1.77 BE KH 21.12 g	Putengeschnetzeltes, Soße a,g,l Blumenkohlgemüse g Salzkartoffeln l Lemmoncremedessert 1,a,g 448 kcal 2.37 BE KH 28.31 g	T Rindersgulasch, Soße a,c,f,i,j T Blumenkohlgemüse c T Avico Kartoffelpüree Lemmoncremedessert 1,a,g 404 kcal 2.23 BE KH 26.76 g	Hokifischfilet pan., Senfsoße a,c,d,g,j Blumenkohlgemüse g Salzkartoffeln l Lemmoncremedessert 1,a,g 434 kcal 2.99 BE KH 35.74 g
Donnerstag 11.01.18	Rinderbrust, Meerrettichsoße 4,6,9,a,g Sauerkrautgemüse 2,4,5,7,j 2 Kartoffelklöße 6 Fruchtsalat Hausmacher 8 469 kcal 4.58 BE KH 55.14 g	Zigeunerrolle, Letscho 7,a,c,f,g,i,j Bratkartoffeln 7,9,l Fruchtsalat Hausmacher 8 665 kcal 5.37 BE KH 64.46 g	Milchreis g 1 Zucker & Zimt Portion Fruchtsalat Hausmacher 8 666 kcal 9.21 BE KH 110.55 g	Milchreis g 1 Zucker & Zimt Portion Fruchtsalat Hausmacher 8 666 kcal 9.21 BE KH 110.55 g	Rinderbrust, Meerrettichsoße 4,6,9,a,g Sauerkrautgemüse 2,4,5,7,j 2 Kartoffelklöße 6 Fruchtsalat Hausmacher 8 351 kcal 3.23 BE KH 38.85 g
Freitag 12.01.18	Sülze, Remoulade 0,1,2,3,4,8,c,f,g,i,j Bratkartoffeln 7,9,l Rote Beetesalat 1 837 kcal 3.69 BE KH 44.50 g	3 Fischli, Senfsoße 1,2,a,d,g,j Kräuterjulienengemüse g,i Salzkartoffeln l Chinakohlsalat 1,4 540 kcal 3.40 BE KH 40.76 g	Rührei c,g Rahmspinat 2,g Salzkartoffeln l Chinakohlsalat 1,4 408 kcal 2.16 BE KH 25.84 g	T Kaßlerbraten, Soße a,c T Pass Erbsengemüse c T Avico Kartoffelpüree Chinakohlsalat 1,4 502 kcal 2.05 BE KH 20.77 g	Sülze, Remoulade 0,1,2,3,4,8,c,f,g,i,j Bratkartoffeln 7,9,l Rote Beetesalat 1 735 kcal 3.04 BE KH 36.60 g
Samstag 13.01.18	Lebergeschnetzeltes, Soße a,c,g,i,j Apfel-Zwiebelgemüse g Kartoffelpüree g Joghurtdessert Aprikose 1,g 426 kcal 4.05 BE KH 48.64 g	Lebergeschnetzeltes, Soße a,c,g,i,j Apfel-Zwiebelgemüse g Salzkartoffeln l Joghurtdessert Aprikose 1,g 378 kcal 3.12 BE KH 37.44 g	Brühsuppennudeleintopf mit Geflügelfleisch a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose 1,g 460 kcal 5.60 BE KH 66.98 g	Brühsuppennudeleintopf mit Geflügelfleisch a,c,f,i T Rindersuppenwürfel a,c,f T Brotscheibe a,c Joghurtdessert Aprikose 1,g 545 kcal 4.07 BE KH 48.66 g	Lebergeschnetzeltes, Soße a,c,g,i,j Apfel-Zwiebelgemüse g Kartoffelpüree g Joghurtdessert Aprikose 1,g 355 kcal 3.25 BE KH 39.01 g
Sonntag 14.01.18	Geflügelroulade, Florentiner a,g Rotkohlgemüse 7 2 Grüne Klöße 6 Erdbeerkompott 399 kcal 1.45 BE KH 17.34 g	Geflügelroulade, Florentiner a,g Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln l Erdbeerkompott 480 kcal 2.89 BE KH 34.64 g	Schweinesteak, Rahmsauce 2,a,e,f,g,i,j Mischgemüse Fitness g Salzkartoffeln l Erdbeerkompott 399 kcal 3.10 BE KH 37.08 g	T Kalbbraten, Soße a,c,i,j T Gartengemüse c Salzkartoffeln l Erdbeerkompott 393 kcal 2.43 BE KH 29.18 g	Geflügelroulade, Florentiner a,g Rotkohlgemüse 7 2 Grüne Klöße 3,6 Erdbeerkompott 449 kcal 2.46 BE KH 29.39 g

Zusatzstoffe [Angaben in eckigen Klammern] 0=Cyclamat; 1=Saccarin; 2=Farbstoff; 3=Konservierungsstoffe;

4=Antioxidationsmittel; 5=Geschmacksverstärker; 6=geschwefelt; 7=geschwärzt; 8=gewachst; 9=Phosphate;

a=Gluten; b=Krebstiere; c=Eier; d=Fisch; e=Erdnüsse; f=Soja; g=Milch; h=Schalenfrüchte; i=Sellerie; j=Senf; k= Sesamsamen; l=Sulfite; m=Lupine; n=Weichtiere

Wir verwenden nur Jodsalz, da wir an Ihre Gesundheit denken!

**\* kleine Portionen nur aus Menü 1 möglich**

Küchenleitung - ASB Zwickau

**BESTELLWOCHE 3 VOM 15.01.2018 - 21.01.2018**

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
Montag 15.01.18	Kartoffelsuppe, Berliner Art mit 2 Würstchen 2,4,5,7,f,i,l 1 Mischbrotscheibe a Stracciatellacremedessert g 550 kcal 4.64 BE KH 55.92 g	Hähnchencordonbleu, Pilzsoße a,g Buntes Karottengemüse g Salzkartoffeln l Stracciatellacremedessert g 687 kcal 5.19 BE KH 62.33 g	Lachswürfel, Kräutersoße a,c,d,g,i Broccoligemüse/Hollandaise c,g,i Butter-Wellenbandnudeln a,c,g Stracciatellacremedessert g 424 kcal 2.71 BE KH 32.59 g	T Lachs, Buttersoße a,c,d,g T Broccoligemüse T 2 Nudelnocken a,c Stracciatellacremedessert g 436 kcal 1.03 BE KH 12.39 g	Kartoffelsuppe, Berliner Art mit 1 Würstchen 2,4,5,7,f,i,l 1 Mischbrotscheibe a Stracciatellacremedessert g 363 kcal 3.51 BE KH 42.07 g
Dienstag 16.01.18	Wirsingkohlroulade, Soße 2,5,a,c,g,j Kräuterkarottengemüse g,i Kartoffelselleriepüree g Himbeerquark 1,g 460 kcal 4.29 BE KH 51.40 g	Seehecht ged., Senftunke a,d,g,j Blumenkohl/Hollandaise c,g,i Salzkartoffeln l Himbeerquark 1,g 367 kcal 2.31 BE KH 27.70 g	Hähnchengeschnetzel., Currysoße a,c,g Blumenkohl/Hollandaise c,g,i und Eierspätzle a,c,g Himbeerquark 1,g 576 kcal 4.41 BE KH 52.63 g	T Hähnchengulasch, Soße c,g T Blumenkohlgemüse c Kartoffelselleriepüree g Himbeerquark 1,g 477 kcal 2.84 BE KH 33.96 g	Wirsingkohlroulade, Soße 2,5,a,c,g,j Kräuterkarottengemüse g,i Kartoffelselleriepüree g Himbeerquark 1,g 403 kcal 3.55 BE KH 42.57 g
Mittwoch 17.01.18	Zanderfilet gebr., Senfsoße 2,4,a,d,g,j Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln l Rote Grütze, Vanillesoße a,g 452 kcal 3.46 BE KH 41.44 g	Entenkeule, Geflügelsoße a,g,l Rotkohlgemüse 7 2 Kartoffelklöße Rote Grütze, Vanillesoße a,g 900 kcal 9.68 BE KH 115.94 g	2 Kräuterklöpfchen, Dillsauce a,c,f,g,i Mischgemüse Fitness g Salzkartoffeln l Rote Grütze, Vanillesoße a,g 430 kcal 3.42 BE KH 41.07 g	T Hähnchensteak, Soße c,g T Bohnengemüse c T Avico Kartoffelpüree Rote Grütze, Vanillesoße a,g 416 kcal 2.42 BE KH 25.56 g	Zanderfilet gebr., Senfsoße 2,4,a,d,g,j Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln l Rote Grütze, Vanillesoße a,g 141 kcal 2.12 BE KH 25.39 g
Donnerstag 18.01.18	Eisbeinfleisch, Meerrettichsoße 4,6,9,g,j Bayrisch-Kraut 7 2 Semmelknödel a,c,g Fruchtsalat Hausmacher 8 401 kcal 3.07 BE KH 36.82 g	Rindsgeschnetzeltes, Soße a,i,j Reibekäse g Butter-Hörnchennudeln a,c,g Fruchtsalat Hausmacher 8 425 kcal 3.15 BE KH 37.60 g	3 Knödel mit Kirschfüllung a Vanillepuddingsuppe g Fruchtsalat Hausmacher 8 747 kcal 9.11 BE KH 109.07 g	T 3 Eierkuchen a,c,g Vanillepuddingsuppe g Fruchtsalat Hausmacher 8 413 kcal 2.94 BE KH 35.14 g	Eisbeinfleisch, Meerrettichsoße 4,6,9,g,j Bayrisch-Kraut 7 2 Semmelknödel a,c,g Fruchtsalat Hausmacher 8 308 kcal 2.27 BE KH 27.12 g
Freitag 19.01.18	Zwickauer Brühlette 3,4,7,a Paprikaletscho 7,a Bratkartoffeln 7,9,i Bohnensalat mit Dill 1 570 kcal 5.32 BE KH 63.95 g	Hirtenrolle, Soße a,c,e,f,g,i,j Kohlrabigemüse g Tomatenreis griechische Art Bohnensalat mit Dill 1 619 kcal 4.51 BE KH 54.23 g	Hähnchengyros, Soße a,f,i,m Kräuterkarottengemüse g,i Kartoffelpüree g Vitamin Apfel-Möhrensalat 4 395 kcal 4.11 BE KH 49.62 g	T Kaßlerbraten, Soße a,c T Maisgemüse c Kartoffelpüree g Vitamin Apfel-Möhrensalat 4 542 kcal 3.61 BE KH 43.49 g	Zwickauer Brühlette 3,4,7,a Paprikaletscho 7,a Bratkartoffeln 7,9,i Bohnensalat mit Dill 1 497 kcal 4.32 BE KH 51.93 g
Samstag 20.01.18	2 Eier, Senfsoße 2,a,c,g,j Buntes Karottengemüse g Salzkartoffeln l Joghurtdessert Heidelbeer 1,g 365 kcal 2.93 BE KH 35.30 g	Teigreiseintopf mit Geflügel Gemüse und Eierflocken a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer 1,g 555 kcal 6.35 BE KH 76.48 g	Teigreiseintopf mit Geflügel Gemüse und Eierflocken a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer 1,g 555 kcal 6.35 BE KH 76.48 g	Teigreiseintopf mit Geflügel Gemüse und Eierflocken a,c,f,i T Hähnchensuppenwürfel c T Brotscheibe a,c Joghurtdessert Heidelbeer 1,g 655 kcal 4.82 BE KH 58.16 g	1 Ei, Senfsoße 2,a,c,g,j Buntes Karottengemüse g Salzkartoffeln l Joghurtdessert Heidelbeer 1,g 279 kcal 2.47 BE KH 29.81 g
Sonntag 21.01.18	Rinderrumpsteakbraten, Soße a,i,j Brechbohngemüse g 2 Grüne Klöße 6 Birnenwürfelkompott 1 326 kcal 2.55 BE KH 30.56 g	Rinderrumpsteakbraten, Soße a,i,j Brechbohngemüse g Salzkartoffeln l Birnenwürfelkompott 1 407 kcal 3.99 BE KH 47.86 g	Putensteak, Currysoße a,c,f,g Kaisergemüse g Salzkartoffeln l Birnenwürfelkompott 1 400 kcal 3.66 BE KH 44.01 g	T Kaßlerbraten, Soße a,c T Bohnengemüse c 2 Grüne Klöße 6 Birnenwürfelkompott 1 491 kcal 3.48 BE KH 38.48 g	Rinderrumpsteakbraten, Soße a,i,j Brechbohngemüse g 2 Grüne Klöße 6 Birnenwürfelkompott 1 340 kcal 3.33 BE KH 39.90 g

Zusatzstoffe [Angaben in eckigen Klammern] 0=Cyclamat; 1=Saccarin; 2=Farbstoff; 3=Konservierungsstoffe;

4=Antioxidationsmittel; 5=Geschmacksverstärker; 6=geschwefelt; 7=geschwärzt; 8=gewachst; 9=Phosphate;

a=Gluten; b=Krebstiere; c=Eier; d=Fisch; e=Erdnüsse; f=Soja; g=Milch; h=Schalenfrüchte; i=Sellerie; j=Senf; k=Sesamsamen; l=Sulfite; m=Lupine; n=Weichtiere

Wir verwenden nur Jodsalz, da wir an Ihre Gesundheit denken!

**\* kleine Portionen nur aus Menü 1 möglich**

Küchenleitung - ASB Zwickau