

BESTELLWOCHE 28 VOM 09.07.2018 - 15.07.2018

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
Montag 09.07.18	Eieromelett naturell c,g Rahmspinat 2,g Salzkartoffeln 1 Buttermilchdessert Birne-Vanille g 360 kcal 2.59 BE KH 31.13 g	Seelachsfilet pan., Kräutersoße 2,a,c,d,g,i Blumenkohl/Hollandaise c,g,i Salzkartoffeln 1 Buttermilchdessert Birne-Vanille g 465 kcal 3.83 BE KH 46.07 g	Hähnchengeschnetzel., Soße a,g Blumenkohl/Hollandaise c,g,i Kartoffelpüree g Buttermilchdessert Birne-Vanille g 399 kcal 3.05 BE KH 36.56 g	T Hähnchensteak, Soße c,g T Blumenkohlgemüse c Kartoffelpüree g Buttermilchdessert Birne-Vanille g 495 kcal 3.30 BE KH 39.58 g	Eiermedaillon 4,c Rahmspinat 2,g Salzkartoffeln 1 Buttermilchdessert Birne-Vanille g 321 kcal 2.23 BE KH 26.81 g
Dienstag 10.07.18	Hähnchenformcordonbleu, Soße 3,9,a,f,g,i Buntes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Aprikosenquarkdessert 1,g 769 kcal 6.24 BE KH 74.97 g	Hackfleischroulade, Soße 2,5,9,a,g Kohlrabigemüse g Salzkartoffeln 1 Aprikosenquarkdessert 1,g 526 kcal 2.42 BE KH 29.17 g	Lachswürfel, Kräutersoße a,c,d,g,i Broccoligemüse g Butter-Wellenbandnudeln a,c,g Aprikosenquarkdessert 1,g 485 kcal 2.32 BE KH 27.90 g	T Frikadellen, Soße a,c,f,i,j T Bohnengemüse c T Avico Kartoffelpüree Aprikosenquarkdessert 1,g 399 kcal 2.21 BE KH 23.12 g	Hähnchenformcordonbleu, Soße 3,9,a,f,g,i Buntes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Aprikosenquarkdessert 1,g 711 kcal 5.51 BE KH 66.30 g
Mittwoch 11.07.18	Zanderfilet gebr., Senfsoße 2,4,a,d,g,j Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln 1 Rhabarber-Vanille-Dessert 1,g 497 kcal 3.86 BE KH 46.24 g	Wildmischgulasch, Pilzsoße a,f,j Rotkohlgemüse 7 2 Knödelscheiben a Rhabarber-Vanille-Dessert 1,g 473 kcal 3.87 BE KH 46.57 g	Rührei c,g Rahmspinat 2,g Salzkartoffeln 1 Rhabarber-Vanille-Dessert 1,g 410 kcal 2.74 BE KH 32.82 g	T Lachs, Buttersoße a,c,d,g T Erbsengemüse c T Reiskloß c Rhabarber-Vanille-Dessert 1,g 529 kcal 0.85 BE KH 10.09 g	Zanderfilet gebr., Senfsoße 2,4,a,d,g,j Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln 1 Rhabarber-Vanille-Dessert 1,g 169 kcal 2.29 BE KH 27.49 g
Donnerstag 12.07.18	Schweinesahnebraten 2,3,4,9,a,e,f,g,i,j Sauerkrautgemüse 2,4,5,7,j 2 Kartoffelklöße 6 Sauerkirschkaltschale 515 kcal 4.39 BE KH 52.77 g	Jägerschnitzel, Soße 2,5,6,a,c,g Karottenscheibengemüse g Salzkartoffeln 1 Sauerkirschkaltschale 449 kcal 3.45 BE KH 41.54 g	Milchreis g 1 Zucker & Zimt Portion Sauerkirschkaltschale 658 kcal 9.01 BE KH 108.12 g	Milchreis g 1 Zucker & Zimt Portion Sauerkirschkaltschale 658 kcal 9.01 BE KH 108.12 g	Schweinesahnebraten 2,3,4,9,a,e,f,g,i,j Sauerkrautgemüse 2,4,5,7,j 2 Kartoffelklöße 6 Sauerkirschkaltschale 410 kcal 3.11 BE KH 37.37 g
Freitag 13.07.18	Roster, wenig Soße und Senf 2,5,9,a,e,f,g,i,j Hausmacher Kartoffelsalat 1,4,c,g,j,l Gurkensalat mit Dill 1,j 640 kcal 2.77 BE KH 32.89 g	Asia Nudel-Gemüsepfanne a Hähnchenstreifen Asiasoße mit Ananas a,b,f Gurkensalat mit Dill 1,j 372 kcal 3.42 BE KH 41.14 g	Lebergulasch, Soße a,c,g,i,j Gelbes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Gurkensalat mit Dill 1,j 414 kcal 3.09 BE KH 36.86 g	T 2 Würstchen, Soße 2,c,g T Pass Sauerkraut c,g Kartoffelpüree g T Pass Kartoffelgurkensalat c,g 494 kcal 2.72 BE KH 30.42 g	Roster, wenig Soße und Senf 2,5,9,a,e,f,g,i,j Hausmacher Kartoffelsalat 1,4,c,g,j,l Gurkensalat mit Dill 1,j 561 kcal 2.17 BE KH 25.79 g
Samstag 14.07.18	Linseneintopf mit Rauchfleischwürfel 3,4,a,f,l 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Erdbeer 1,g 620 kcal 7.70 BE KH 92.53 g	Linseneintopf mit Rauchfleischwürfel 3,4,a,f,l 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Erdbeer 1,g 620 kcal 7.70 BE KH 92.53 g	Sternchennudeleintopf mit Rindfleisch und Eierflocken a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Erdbeer 1,g 485 kcal 6.10 BE KH 73.38 g	Sternchennudeleintopf mit Rindfleisch und Eierflocken a,c,f,i T Rindersuppenwürfel a,c,f T Brotscheibe a,c Joghurtdessert Erdbeer 1,g 570 kcal 4.57 BE KH 55.06 g	Linseneintopf mit Rauchfleischwürfel 3,4,a,f,l 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Erdbeer 1,g 517 kcal 6.26 BE KH 75.28 g
Sonntag 15.07.18	Spanferkelrollbraten, Soße a,e,f,i,j Spargel - Bohnengemüse c,g,i 2 Grüne Klöße 6 Süßkirschenkompott 1,2 370 kcal 2.58 BE KH 31.00 g	Spanferkelrollbraten, Soße a,e,f,i,j Spargel - Bohnengemüse c,g,i Salzkartoffeln 1 Süßkirschenkompott 1,2 451 kcal 4.02 BE KH 48.30 g	Schweinegulasch, Soße a,g,j Buttermöhrrchen g Salzkartoffeln 1 Süßkirschenkompott 1,2 467 kcal 4.09 BE KH 49.29 g	T Kalbbraten, Soße a,c,i,j T Pass Apfelrotkohl c T SF Kartoffelstampf g Süßkirschenkompott 1,2 385 kcal 3.28 BE KH 37.39 g	Spanferkelrollbraten, Soße a,e,f,i,j Spargel - Bohnengemüse c,g,i 2 Grüne Klöße 3,6 Süßkirschenkompott 1,2 395 kcal 3.50 BE KH 42.10 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 29 VOM 16.07.2018 - 22.07.2018

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
Montag 16.07.18	Schweinegulasch, Soße a,g,j Fußballnudeln c,g Reibekäse g Buttermilchdessert Birne-Vanille g 589 kcal 4.38 BE KH 52.55 g	2 Kochklops, Soße a,c,g,i,j Blumenkohl/Hollandaise c,g,i Salzkartoffeln l Buttermilchdessert Birne-Vanille g 435 kcal 2.98 BE KH 35.65 g	Hähnchengulasch, Soße g Gelbes Karottengemüse g und 2 Wickelklöße a,g Buttermilchdessert Birne-Vanille g 468 kcal 3.43 BE KH 40.94 g	T Kaßlerbraten, Soße a,c T Bohnengemüse c T SF Kartoffelstampf g Buttermilchdessert Birne-Vanille g 472 kcal 2.43 BE KH 25.77 g	Schweinegulasch, Soße a,g,j Fußballnudeln c,g Reibekäse g Buttermilchdessert Birne-Vanille g 500 kcal 3.63 BE KH 43.49 g
Dienstag 17.07.18	Rinderleber gebraten, Soße a,g Apfel-Zwiebelgemüse g Kartoffelselleriepüree g Vanillequark 1,5,g 596 kcal 4.17 BE KH 50.19 g	Kohlroulade, Zwiebelsoße a,c,f,g Kräuterkarottengemüse g,i Butterreis g Vanillequark 1,5,g 520 kcal 4.92 BE KH 59.36 g	Fischgulasch in Kräutersoße a,d,g,i Kräuterkarottengemüse g,i Salzkartoffeln l Vanillequark 1,5,g 337 kcal 2.51 BE KH 30.29 g	T Kabeljau, Kräutersoße c,d,g,i T Broccoligemüse T 2 Nudelnocken a,c Vanillequark 1,5,g 436 kcal 0.66 BE KH 7.97 g	Schweineleber gebr., Soße a,g Apfel-Zwiebelgemüse g Kartoffelselleriepüree g Vanillequark 1,5,g 500 kcal 3.46 BE KH 41.47 g
Mittwoch 18.07.18	Seelachs geb., Senftunke a,c,g,j Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln l Rote Grütze, Vanillesoße a,g 487 kcal 3.78 BE KH 45.41 g	Schweinekammbraten, Soße a,j Rotkohlgemüse 7 2 Grüne Klöße 6 Rote Grütze, Vanillesoße a,g 339 kcal 1.32 BE KH 15.84 g	Putengeschnetzeltes, Soße a,g,l Blumenkohlgemüse g Salzkartoffeln l Rote Grütze, Vanillesoße a,g 412 kcal 2.15 BE KH 25.67 g	T Rinderbraten, Soße a,c,f,i,j T Blumenkohlgemüse c T Avico Kartoffelpüree Rote Grütze, Vanillesoße a,g 406 kcal 2.03 BE KH 24.30 g	Seelachs geb., Senftunke a,c,g,j Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln l Rote Grütze, Vanillesoße a,g 462 kcal 3.44 BE KH 41.24 g
Donnerstag 19.07.18	1 Hähnchenkeule, Soße a,g Asiagemüesoße süß-sauer a,b,f Jasmin Duftreis Rhabarbererdbeerkaltschale 727 kcal 5.81 BE KH 69.99 g	2 Lammhacksteak, Soße a,c,e,f,g,i Kohlragigemüse g Tomatenreis griechische Art Rhabarbererdbeerkaltschale 715 kcal 4.64 BE KH 55.77 g	Grießbrei 1,5,a,g 1 Zucker & Zimt Portion Rhabarbererdbeerkaltschale 452 kcal 4.95 BE KH 59.23 g	Grießbrei 1,5,a,g 2 Zucker & Zimt Portion Rhabarbererdbeerkaltschale 452 kcal 4.95 BE KH 59.23 g	1 Hähnchenkeule, Soße a,g Asiagemüesoße süß-sauer a,b,f Jasmin Duftreis Rhabarbererdbeerkaltschale 672 kcal 4.93 BE KH 59.34 g
Freitag 20.07.18	Marinierter Hering 1,3,4,5,c,d,g,j Salzkartoffeln extra l Götterspeise Kirsch, Vanillesoße g 833 kcal 4.55 BE KH 54.81 g	Rührei c,g Rahmspinat 2,g Salzkartoffeln l Götterspeise Kirsch, Vanillesoße g 404 kcal 3.13 BE KH 37.64 g	Geflügelhaxe, Soße a,f Kaisergemüse g Kartoffelpüree g Götterspeise Kirsch, Vanillesoße g 486 kcal 4.35 BE KH 52.42 g	T Hähnchengulasch, Soße c,g T Erbsengemüse c Kartoffelpüree g Götterspeise Kirsch, Vanillesoße g 427 kcal 3.64 BE KH 43.78 g	Marinierter Hering 1,3,4,5,c,d,g,j Salzkartoffeln extra l Götterspeise Kirsch, Vanillesoße g 677 kcal 3.70 BE KH 44.50 g
Samstag 21.07.18	Tomatensoße, Wurstwürfel 1,a,g Butterspirelli a,c,g Reibekäse g Joghurtdessert Aprikose 1,g 526 kcal 4.06 BE KH 48.54 g	Tomatensoße, Wurstwürfel 1,a,g Butterspirelli a,c,g Reibekäse g Joghurtdessert Aprikose 1,g 526 kcal 4.06 BE KH 48.54 g	Brühgräupcheneintopf mit Rindfleischwürfel a,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose 1,g 485 kcal 6.35 BE KH 76.28 g	Brühgräupcheneintopf mit Rindfleischwürfel a,f,i T Rindersuppenwürfel a,c,f T Brotscheibe a,c Joghurtdessert Aprikose 1,g 570 kcal 4.82 BE KH 57.96 g	Tomatensoße, Wurstwürfel 1,a,g Butterspirelli a,c,g Reibekäse g Joghurtdessert Aprikose 1,g 454 kcal 3.38 BE KH 40.35 g
Sonntag 22.07.18	Geflügelroulade, Florentiner a,g Apfelrotkohl 1,7 2 Grüne Klöße 6 Apfelwürfelkompott 4 399 kcal 1.51 BE KH 17.96 g	Geflügelroulade, Florentiner a,g Apfelrotkohl 1,7 Salzkartoffeln l Apfelwürfelkompott 4 480 kcal 2.95 BE KH 35.26 g	Schweinesteak, Rahmsauce 2,a,e,f,g,i,j Mischgemüse Fitness g Salzkartoffeln l Apfelwürfelkompott 4 406 kcal 3.31 BE KH 39.60 g	T Kaßlerbraten, Soße a,c T Pass Sauerkraut c,g T SF Kartoffelstampf g Apfelwürfelkompott 4 438 kcal 2.62 BE KH 30.42 g	Geflügelroulade, Florentiner a,g Apfelrotkohl 1,7 2 Grüne Klöße 3,6 Apfelwürfelkompott 4 449 kcal 2.51 BE KH 30.02 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