

BESTELLWOCHE 37 VOM 09.09.2024 - 15.09.2024

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
Montag 09.09.24	Tiegelwurst a Sauerkrautgemüse g,j,l,4,7 Salzkartoffeln l Süßkirschenkompott 1,2 769 kcal 4.17 BE KH 49.96 g	Makkaroni a,c,g Schinkensahnesoße a,c,g,i,9 Reibekäse g Süßkirschenkompott 1,2 667 kcal 4.96 BE KH 59.67 g	Hähnchengrillsteak m. Haut, Soße g,h,i,l Mischgemüse Fitness g Salzkartoffeln l Süßkirschenkompott 1,2 455 kcal 4.06 BE KH 48.40 g	Hähnchengrillsteak m. Haut, Soße g,h,i,l Mischgemüse Fitness g Salzkartoffeln l Süßkirschenkompott 1,2 455 kcal 4.06 BE KH 48.40 g	Tiegelwurst a Sauerkrautgemüse g,j,l,4,7 Salzkartoffeln l Süßkirschenkompott 1,2 644 kcal 3.59 BE KH 42.97 g
Dienstag 10.09.24	Weißkrautgulasch, Soße a,j 2 Knödelscheiben a Quarkdessert Banane g,1 498 kcal 3.27 BE KH 39.25 g	4 Hähnchenstücke Asia Nudel mit Gemüse a,g Asiaoße mit Ananas a,b,f Quarkdessert Banane g,1 387 kcal 3.58 BE KH 43.12 g	Rührei c,g Rahmspinat g Salzkartoffeln l Quarkdessert Banane g,1 489 kcal 2.40 BE KH 28.45 g	Rührei c,g Rahmspinat g Salzkartoffeln l Quarkdessert Banane g,1 489 kcal 2.40 BE KH 28.45 g	Weißkrautgulasch, Soße a,j 2 Knödelscheiben a Quarkdessert Banane g,1 426 kcal 2.86 BE KH 34.24 g
Mittwoch 11.09.24	Kohlroulade, Jägersoße a,c,g,2,5 Karottenwürfelgemüse g Kartoffelpüree g Erdbeerpudding, Kakaosoße g 517 kcal 5.49 BE KH 66.33 g	Weißer Bohneneintopf mit Kaßlerfleisch a,f,l,1,3,4 1 Mischbrotscheibe a Erdbeerpudding, Kakaosoße g 572 kcal 6.97 BE KH 83.75 g	Fischgulasch in Kräutersoße a,d,g Mischgemüse g Butter-Wellenbandnudeln a,c,g Erdbeerpudding, Kakaosoße g 409 kcal 3.80 BE KH 45.73 g	Fischgulasch in Kräutersoße a,d,g Mischgemüse g Erdbeerpudding, Kakaosoße g 288 kcal 2.18 BE KH 26.28 g	Kohlroulade, Jägersoße a,c,g,2,5 Karottenwürfelgemüse g Kartoffelpüree g Erdbeerpudding, Kakaosoße g 458 kcal 4.73 BE KH 57.02 g
Donnerstag 12.09.24	Seelachs Tomate paniert., Soße a,g Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln l Mandarinenkompott 237 kcal 3.84 BE KH 46.10 g	kurze Spaghetti a,c,g Tomatensoße a,g Reibekäse g Mandarinenkompott 495 kcal 6.09 BE KH 73.05 g	Frikadelle, Zwiebelsoße a,c,f,g Minimöhren-Erbseengemüse g Salzkartoffeln l Mandarinenkompott 538 kcal 4.92 BE KH 59.19 g	Frikadelle, Zwiebelsoße a,c,f,g Minimöhren-Erbseengemüse g Salzkartoffeln l Mandarinenkompott 538 kcal 4.92 BE KH 59.19 g	Hirschgulasch, Pilzsoße a,f,j Rosenkohlgemüse g 2 Kartoffelklöße 6 Mandarinenkompott 366 kcal 3.68 BE KH 44.10 g
Freitag 13.09.24	gef. Paprika, Tomatensoße a,c,g,i Buttererbsen g Butterreis g Sauerkirschkaltschale 653 kcal 6.29 BE KH 75.62 g	2 Fischli, Senfsoße a,c,d,g,j Broccoligemüse g Salzkartoffeln l Sauerkirschkaltschale 524 kcal 3.52 BE KH 42.12 g	Muschelintopf mit Rindfleisch und Eierflocken a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Sauerkirschkaltschale 496 kcal 6.51 BE KH 77.81 g	Muschelintopf mit Rindfleisch und Eierflocken a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Sauerkirschkaltschale 496 kcal 6.51 BE KH 77.81 g	gef. Paprika, Tomatensoße a,c,g,i Buttererbsen g Butterreis g Sauerkirschkaltschale 587 kcal 5.45 BE KH 65.50 g
Samstag 14.09.24	Gräupcheneintopf mit Kartoffel, Kaßlerfleisch und Kohlrabi a,f,l,3,4 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1 470 kcal 6.00 BE KH 72.38 g	Gräupcheneintopf mit Kartoffel, Kaßlerfleisch und Kohlrabi a,f,l,3,4 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1 470 kcal 6.00 BE KH 72.38 g	Suppengemüseintopf mit Rindfleisch a,f,i,l 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1 395 kcal 4.50 BE KH 54.28 g	Suppengemüseintopf mit Rindfleisch a,f,i,l 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1 395 kcal 4.50 BE KH 54.28 g	Gräupcheneintopf mit Kartoffel, Kaßlerfleisch und Kohlrabi a,f,l,3,4 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1 382 kcal 4.73 BE KH 57.15 g
Sonntag 15.09.24	Burgunderbraten, Soße a,i,j,l,3,7,9 Speckbohnenngemüse 7 2 Grüne Klöße 3,6 Pflirsichaltschale 493 kcal 4.33 BE KH 51.94 g	Burgunderbraten, Soße a,i,j,l,3,7,9 Speckbohnenngemüse 7 Salzkartoffeln l Pflirsichaltschale 453 kcal 3.82 BE KH 45.68 g	Putengeschnetzeltes, Soße a,g,l Mischgemüse Fitness g Salzkartoffeln l Pflirsichaltschale 502 kcal 3.39 BE KH 40.38 g	Putengeschnetzeltes, Soße a,g,l Mischgemüse Fitness g Salzkartoffeln l Pflirsichaltschale 502 kcal 3.39 BE KH 40.38 g	Burgunderbraten, Soße a,i,j,l,3,7,9 Speckbohnenngemüse 7 2 Grüne Klöße 3,6 Pflirsichaltschale 393 kcal 3.20 BE KH 38.38 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 38 VOM 16.09.2024 - 22.09.2024

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
Montag 16.09.24	Jägerschnitzel, Soße a,e,f,g,i,2,5 Balkangemüse g Salzkartoffeln l Apfelmusdessert 4	2 Leberknödel, Soße a,g,i,j,2,5 Apfel-Zwiebelgemüse g Kartoffelpüree g Apfelmusdessert 4	Hähnchengeschnet., Currysoße a,c,g,i Broccoligemüse g Salzkartoffeln l Apfelmusdessert 4	Hähnchengeschnet., Currysoße a,c,g,i Broccoligemüse g Salzkartoffeln l Apfelmusdessert 4	Jägerschnitzel, Soße a,e,f,g,i,2,5 Balkangemüse g Salzkartoffeln l Apfelmusdessert 4
	475 kcal 3.92 BE KH 47.02 g	547 kcal 6.53 BE KH 78.28 g	429 kcal 3.47 BE KH 41.46 g	429 kcal 3.47 BE KH 41.46 g	435 kcal 3.34 BE KH 39.95 g
Dienstag 17.09.24	Schweinesteak, Rahmsoße a,e,f,g,i,j Butterbohngemüse g Salzkartoffeln l Vanillequark g,1,5	Erbseintopf mit Kartoffeln und Rauchfleisch a,f,l,3,4 1 Mischbrotscheibe a Vanillequark g,1,5	Seelachs ged., Kräutersoße a,d,g Buntes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Vanillequark g,1,5	Seelachs ged., Kräutersoße a,d,g Buntes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Vanillequark g,1,5	Schweinesteak, Rahmsoße a,e,f,g,i,j Butterbohngemüse g Salzkartoffeln l Vanillequark g,1,5
	432 kcal 2.46 BE KH 29.46 g	462 kcal 4.78 BE KH 57.50 g	428 kcal 3.36 BE KH 40.47 g	428 kcal 3.36 BE KH 40.47 g	193 kcal 1.98 BE KH 23.77 g
Mittwoch 18.09.24	Big Rib Hacksteak a,c,f,i,j Paprikaletscho a,7 Bratkartoffeln g,l,7 Vitamin Apfel-Möhrensalat 4	Geflügelrikassee' g,4 Buttererbsen g Butterreis g Vitamin Apfel-Möhrensalat 4	Butter Tortellini g Reibekäse g Pesto Sahnsoße a,g,m Vitamin Apfel-Möhrensalat 4	Butter Tortellini g Reibekäse g Pesto Sahnsoße a,g,m Vitamin Apfel-Möhrensalat 4	Big Rib Hacksteak a,c,f,i,j Paprikaletscho a,7 Bratkartoffeln g,l,7 Vitamin Apfel-Möhrensalat 4
	662 kcal 6.01 BE KH 72.14 g	573 kcal 5.29 BE KH 63.73 g	229 kcal 1.31 BE KH 15.86 g	229 kcal 1.31 BE KH 15.86 g	586 kcal 4.99 BE KH 59.81 g
Donnerstag 19.09.24	1 Hähnchenkeule gegrillt Asiagemüsesoße süß-sauer a,b,f,i Butterreis g Fruchtcocktaildessert	Backfischfilet, Senfsoße a,c,d,g,j Buttermöhrrchen g Salzkartoffeln l Fruchtcocktaildessert	Grießbrei a,g,1,5 1 Zucker & Zimt Portion Fruchtcocktaildessert	Grießbrei a,g,1,5 1 Zucker & Zimt Portion Fruchtcocktaildessert	1 Hähnchenkeule gegrillt Asiagemüsesoße süß-sauer a,b,f,i Butterreis g Fruchtcocktaildessert
	801 kcal 6.27 BE KH 75.57 g	438 kcal 4.37 BE KH 52.73 g	494 kcal 5.89 BE KH 70.50 g	494 kcal 5.89 BE KH 70.50 g	760 kcal 5.62 BE KH 67.69 g
Freitag 20.09.24	Putensteak, Paprikasoße a,f,g,i Sommergemüse g Salzkartoffeln l Rhabarbererdbeerkaltschale	Weißkrauteintopf mit Rindfleisch a,f,i 1 Mischbrotscheibe a Rhabarbererdbeerkaltschale	3 Knödel, Schokocreme a,h Vanillepuddingsuppe g Rhabarbererdbeerkaltschale	3 Knödel, Schokocreme a,h Vanillepuddingsuppe g Rhabarbererdbeerkaltschale	Putensteak, Paprikasoße a,f,g,i Sommergemüse g Salzkartoffeln l Rhabarbererdbeerkaltschale
	389 kcal 3.35 BE KH 40.15 g	396 kcal 4.75 BE KH 57.18 g	858 kcal 7.99 BE KH 95.94 g	858 kcal 7.99 BE KH 95.94 g	349 kcal 2.79 BE KH 33.36 g
Samstag 21.09.24	Rindfleischragout, Soße a,g,j,2,5 Butter-Hörnchennudeln a,c,g Reibekäse g Joghurtdessert Aprikose g,1	Rindfleischragout, Soße a,g,j,2,5 Butter-Hörnchennudeln a,c,g Reibekäse g Joghurtdessert Aprikose g,1	Brühsuppenudleintopf mit Geflügelfleisch a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1	Brühsuppenudleintopf mit Geflügelfleisch a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1	Rindfleischragout, Soße a,g,j,2,5 Butter-Hörnchennudeln a,c,g Reibekäse g Joghurtdessert Aprikose g,1
	445 kcal 2.64 BE KH 31.76 g	445 kcal 2.64 BE KH 31.76 g	455 kcal 5.80 BE KH 69.88 g	455 kcal 5.80 BE KH 69.88 g	371 kcal 2.28 BE KH 27.49 g
Sonntag 22.09.24	Rindrumpsteakbraten, Soße a,j Rahmwirsinggemüse g 2 Grüne Klöße 3,6 Erdbeerkompott	Rindrumpsteakbraten, Soße a,j Rahmwirsinggemüse g Salzkartoffeln l Erdbeerkompott	2 Geflügeldinos, Soße a Kaisergemüse g Salzkartoffeln l Erdbeerkompott	2 Geflügeldinos, Soße a Kaisergemüse g Salzkartoffeln l Erdbeerkompott	Rindrumpsteakbraten, Soße a,j Rahmwirsinggemüse g 2 Grüne Klöße 3,6 Erdbeerkompott
	415 kcal 3.36 BE KH 40.52 g	386 kcal 2.87 BE KH 34.48 g	290 kcal 2.89 BE KH 34.74 g	290 kcal 2.89 BE KH 34.74 g	320 kcal 2.43 BE KH 29.15 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