

**BESTELLWOCHE 29 VOM 15.07.2024 - 21.07.2024**

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
<b>Montag</b> 15.07.24	Jägerschnitzel, Soße a,e,f,g,i,2,5 Balkangemüse g Salzkartoffeln l Apfelmusdessert 4 475 kcal 3.92 BE KH 47.02 g	2 Leberknödel, Soße a,g,i,j,2,5 Apfel-Zwiebelgemüse g Kartoffelpüree g Apfelmusdessert 4 547 kcal 6.53 BE KH 78.28 g	Seelachs ged., Zitronensoße a,d,g Broccoligemüse g Salzkartoffeln l Apfelmusdessert 4 338 kcal 3.18 BE KH 38.11 g	Seelachs ged., Zitronensoße a,d,g Broccoligemüse g Salzkartoffeln l Apfelmusdessert 4 338 kcal 3.18 BE KH 38.11 g	Jägerschnitzel, Soße a,e,f,g,i,2,5 Balkangemüse g Salzkartoffeln l Apfelmusdessert 4 435 kcal 3.34 BE KH 39.95 g
<b>Dienstag</b> 16.07.24	Schweinesteak, Rahmsoße a,e,f,g,i,j Butterbohnenngemüse g Salzkartoffeln l Vanillequark g,1,5 432 kcal 2.46 BE KH 29.46 g	Erbseintopf mit Kartoffeln und Rauchfleisch a,f,l,3,4 1 Mischbrotscheibe a Vanillequark g,1,5 462 kcal 4.78 BE KH 57.50 g	Hähnchengeschnetz., Soße a,g Buntes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Vanillequark g,1,5 500 kcal 3.33 BE KH 40.01 g	Hähnchengeschnetz., Soße a,g Buntes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Vanillequark g,1,5 500 kcal 3.33 BE KH 40.01 g	Schweinesteak, Rahmsoße a,e,f,g,i,j Butterbohnenngemüse g Salzkartoffeln l Vanillequark g,1,5 193 kcal 1.98 BE KH 23.77 g
<b>Mittwoch</b> 17.07.24	Schinkenrührei c,g,9 Rahmspinat g Bratkartoffeln g,l,7 Sahnepudding, Fruchtsoße g 708 kcal 4.20 BE KH 50.34 g	Geflügelrickasse' g,4 Buttererbsen g Butterreis g Sahnepudding, Fruchtsoße g 576 kcal 5.32 BE KH 64.00 g	Pilz Soljanka a,g,j,l,1 1 Mischbrotscheibe a Sahnepudding, Fruchtsoße g 374 kcal 4.77 BE KH 57.90 g	Pilz Soljanka a,g,j,l,1 1 Mischbrotscheibe a Sahnepudding, Fruchtsoße g 374 kcal 4.77 BE KH 57.90 g	Schinkenrührei c,g,9 Rahmspinat g Bratkartoffeln g,l,7 Sahnepudding, Fruchtsoße g 585 kcal 3.50 BE KH 41.98 g
<b>Donnerstag</b> 18.07.24	1 Hähnchenkeule gegrillt Asiagemüsesoße süß-sauer a,b,f,i Butterreis g Fruchtcocktaildessert 801 kcal 6.27 BE KH 75.57 g	Backfischfilet, Senfsoße a,c,d,g,j Buttermöhrrchen g Salzkartoffeln l Fruchtcocktaildessert 438 kcal 4.37 BE KH 52.73 g	Grießbrei a,g,1,5 1 Zucker & Zimt Portion Fruchtcocktaildessert 494 kcal 5.89 BE KH 70.50 g	Grießbrei a,g,1,5 1 Zucker & Zimt Portion Fruchtcocktaildessert 494 kcal 5.89 BE KH 70.50 g	1 Hähnchenkeule gegrillt Asiagemüsesoße süß-sauer a,b,f,i Butterreis g Fruchtcocktaildessert 760 kcal 5.62 BE KH 67.69 g
<b>Freitag</b> 19.07.24	Putensteak, Currysoße a,c,f,g,i Broccoligemüse g Salzkartoffeln l Rhabarbererdbeeralterschale 353 kcal 2.67 BE KH 31.87 g	Kartoffelpaprika Gulasch a,j,l Weißbrotscheibe, einzeln a,g Rhabarbererdbeeralterschale 312 kcal 4.89 BE KH 58.65 g	3 Knödel, Schokocreme a,h Vanillepuddingsuppe g Rhabarbererdbeeralterschale 858 kcal 7.99 BE KH 95.94 g	3 Knödel, Schokocreme a,h Vanillepuddingsuppe g Rhabarbererdbeeralterschale 858 kcal 7.99 BE KH 95.94 g	Putensteak, Currysoße a,c,f,g,i Broccoligemüse g Salzkartoffeln l Rhabarbererdbeeralterschale 317 kcal 2.22 BE KH 26.51 g
<b>Samstag</b> 20.07.24	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	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	Brühsuppenudeleintopf mit Geflügelfleisch a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1 455 kcal 5.80 BE KH 69.88 g	Brühsuppenudeleintopf mit Geflügelfleisch a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1 455 kcal 5.80 BE KH 69.88 g	Rindfleischragout, Soße a,g,j,2,5 Butter-Hörnchennudeln a,c,g Reibekäse g Joghurtdessert Aprikose g,1 371 kcal 2.28 BE KH 27.49 g
<b>Sonntag</b> 21.07.24	Rinderrumpsteakbraten, Soße a,j Rahmwirsinggemüse g 2 Grüne Klöße 3,6 Erdbeerkompott 415 kcal 3.36 BE KH 40.52 g	Rinderrumpsteakbraten, Soße a,j Rahmwirsinggemüse g Salzkartoffeln l Erdbeerkompott 386 kcal 2.87 BE KH 34.48 g	2 Geflügeldinos, Soße a Kaisergemüse g Salzkartoffeln l Erdbeerkompott 290 kcal 2.89 BE KH 34.74 g	2 Geflügeldinos, Soße a Kaisergemüse g Salzkartoffeln l Erdbeerkompott 290 kcal 2.89 BE KH 34.74 g	Rinderrumpsteakbraten, Soße a,j Rahmwirsinggemüse g 2 Grüne Klöße 3,6 Erdbeerkompott 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

**BESTELLWOCHE 30 VOM 22.07.2024 - 28.07.2024**

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
<b>Montag</b> 22.07.24	Tomatensoße, Wurstwürfel a,g,1 Butterspirelli a,c,g Reibekäse g Vanillecremedessert g 595 kcal 4.11 BE KH 48.81 g	3 Fischli, Kräutersoße a,d,g Minimöhren-Erbsengemüse g Butterreis g Vanillecremedessert g 760 kcal 5.61 BE KH 67.40 g	Geflügelfrikadelle, Soße a,c,f,g,i,j Blumenkohl/Hollandaise c,g Salzkartoffeln l Vanillecremedessert g 366 kcal 2.74 BE KH 32.48 g	Geflügelfrikadelle, Soße a,c,f,g,i,j Blumenkohl/Hollandaise c,g Salzkartoffeln l Vanillecremedessert g 366 kcal 2.74 BE KH 32.48 g	Tomatensoße, Wurstwürfel a,g,1 Butterspirelli a,c,g Reibekäse g Vanillecremedessert g 509 kcal 3.42 BE KH 40.55 g
<b>Dienstag</b> 23.07.24	Hähnchencordonbleu, Geflügelsoße a,g Mischgemüse bunt g Kartoffelpüree g Erdbeerquarkdessert g,1 754 kcal 5.84 BE KH 69.78 g	Linseneintopf mit Rauchfleischwürfel a,f,1,3,4 1 Mischbrotscheibe a Erdbeerquarkdessert g,1 657 kcal 7.59 BE KH 91.01 g	2 Eier, Senfsoße a,c,g,j Mischgemüse bunt g Salzkartoffeln l Erdbeerquarkdessert g,1 409 kcal 2.76 BE KH 32.96 g	2 Eier, Senfsoße a,c,g,j Salzkartoffeln l Mischgemüse bunt g Erdbeerquarkdessert g,1 409 kcal 2.76 BE KH 32.96 g	Hähnchencordonbleu, Geflügelsoße a,g Mischgemüse bunt g Kartoffelpüree g Erdbeerquarkdessert g,1 703 kcal 5.26 BE KH 62.96 g
<b>Mittwoch</b> 24.07.24	Kräuterquark mit Zwiebel g,m Leberwurst und 2 Stk. Butter g Salzkartoffeln extra l 1 Banane 645 kcal 4.65 BE KH 55.38 g	Kaßlerlachsbraten, Soße a,j,l,7 Speckbohngemüse 7 2 Knödelscheiben a 1 Banane 524 kcal 5.42 BE KH 65.18 g	Käsesahnespätzlepfanne mit Schinkenwürfel/Röstzwiebel a,c,g,9 1 Banane 639 kcal 7.31 BE KH 87.36 g	Käsesahnespätzlepfanne mit Schinkenwürfel/Röstzwiebel a,c,g,9 1 Banane 639 kcal 7.31 BE KH 87.36 g	Kräuterquark mit Zwiebel g,m Leberwurst und 1 Stk. Butter g Salzkartoffeln extra l 1 Banane 473 kcal 3.81 BE KH 45.48 g
<b>Donnerstag</b> 25.07.24	Wellfleisch, Meerrettichsoße a,g,j,4,6 Sauerkrautgemüse g,j,l,4,7 2 Kartoffelklöße 6 Birnenwürfelkompott 658 kcal 4.36 BE KH 52.50 g	Brathering, Zwiebelringe a,c,d,i,j,5 Bratkartoffeln l,7 Birnenwürfelkompott 599 kcal 3.76 BE KH 45.22 g	Kohlrübeneintopf, mit Rindfleisch a,f,l 1 Mischbrotscheibe a Birnenwürfelkompott 386 kcal 5.09 BE KH 60.79 g	Kohlrübeneintopf, mit Rindfleisch a,f,l 1 Mischbrotscheibe a Birnenwürfelkompott 386 kcal 5.09 BE KH 60.79 g	Wellfleisch, Meerrettichsoße a,g,j,4,6 Sauerkrautgemüse g,j,l,4,7 2 Kartoffelklöße 6 Birnenwürfelkompott 578 kcal 3.11 BE KH 37.38 g
<b>Freitag</b> 26.07.24	Seelachsfilet gebraten., Soße a,c,d,g Buntes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Vanillepudding, Kakaosoße g,1 586 kcal 4.90 BE KH 58.88 g	Waldpilzragout a,g Butterspätzle a,c,g Reibekäse g Vanillepudding, Kakaosoße g,1 590 kcal 5.18 BE KH 62.93 g	Hähnchengeschnet., Soße a,g Blumenkohlgemüse g Butterspätzle a,c,g Vanillepudding, Kakaosoße g,1 602 kcal 4.72 BE KH 56.61 g	Hähnchengeschnet., Soße a,g Buntes Karottengemüse g Gabelspaghetti a,c,g Vanillepudding, Kakaosoße g,1 591 kcal 4.88 BE KH 58.80 g	Seelachsfilet gebraten., Soße a,c,d,g Buntes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Vanillepudding, Kakaosoße g,1 481 kcal 4.04 BE KH 48.50 g
<b>Samstag</b> 27.07.24	Möhreneintopf mit Rindfleisch a,f,l 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1 385 kcal 4.55 BE KH 55.03 g	Möhreneintopf mit Rindfleisch a,f,l 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1 385 kcal 4.55 BE KH 55.03 g	Sterncheneintopf mit Geflügel Gemüse und Eierflocken a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1 485 kcal 5.75 BE KH 69.13 g	Sterncheneintopf mit Geflügel Gemüse und Eierflocken a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1 485 kcal 5.75 BE KH 69.13 g	Möhreneintopf mit Rindfleisch a,f,l 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1 305 kcal 3.43 BE KH 41.53 g
<b>Sonntag</b> 28.07.24	Schweineroulade, Soße a,i,j Spargel - Bohngemüse c,g 2 Grüne Klöße 3,6 Sauerkirschkaltschale 440 kcal 3.70 BE KH 44.51 g	Schweineroulade, Soße a,i,j Spargel - Bohngemüse c,g Salzkartoffeln l Sauerkirschkaltschale 411 kcal 3.21 BE KH 38.47 g	2 Kochklops g Rahmspinat g Salzkartoffeln l Sauerkirschkaltschale 512 kcal 3.24 BE KH 38.69 g	2 Kochklops g Rahmspinat g Salzkartoffeln l Sauerkirschkaltschale 512 kcal 3.24 BE KH 38.69 g	Schweineroulade, Soße a,i,j Spargel - Bohngemüse c,g 2 Grüne Klöße 3,6 Sauerkirschkaltschale 379 kcal 2.70 BE KH 32.45 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