













# Speiseplan

	Herzhaft genießen				Bewusst genießen				Vegetarisch			
<b>Montag</b> 21.04.2025		Kalbsgeschnetzeltes Züricher Art Wildreis Salat				Hähnchenbrust Kartoffeln Brokkoli Geflügelsoße				Brokkoli-Nussecke Kartoffeln dazu Romanescogemüse Kräutersoße		
			20	Fett	.		5	Fett	.		18	Fett
	A7,15 D3		29	Eiweiß	.		36	Eiweiß	A1a,3,8a		13	Eiweiß
			78	K-hydrat	.		46	K-hydrat	.		57	K-hydrat
			626	Kalorien	.		382	Kalorien	.		393	Kalorien
			87	Chol	.		69	Chol	.		0	Chol
<b>Dienstag</b> 22.04.2025		Kasselerbraten vom Schwein Stampfkartoffeln Sauerkraut Bratensoße				Hühnerfrikassee mit Spargel und Karotten Reis				Lasagne Salat Tomatensoße		
			19	Fett	.		9	Fett	.		16	Fett
	D2,3,7		33	Eiweiß	A15 D3		28	Eiweiß	A1a rpf		17	Eiweiß
	A7,15		47	K-hydrat	.		67	K-hydrat	.		55	K-hydrat
	A9,10		506	Kalorien	.		474	Kalorien	.		444	Kalorien
	A1a D1,3		114	Chol	.		42	Chol	.		0	Chol
<b>Mittwoch</b> 23.04.2025		Hähnchenschnitzel Kartoffeln gebundenes Kohlrabigemüse				Gemüsegulasch mit Rindfleisch Kartoffeln				Grünkohl-Hanfbratling Kartoffeln Salat Kräuterquark		
			22	Fett	.		5	Fett	.		28	Fett
	A1a		22	Eiweiß	A9		26	Eiweiß	rpf		21	Eiweiß
			63	K-hydrat	.		47	K-hydrat	.		56	K-hydrat
	A1a,7,9,15		554	Kalorien	.		346	Kalorien	.		576	Kalorien
			81	Chol	.		48	Chol	A7,15		37	Chol
<b>Durchschnittswerte am Tag</b>												
	<b>Herzhaft genießen</b>			<b>Bewußt genießen</b>			<b>Vegetarisch</b>				Das Symbol der Kochmütze steht für Vollkostmenüs. Dieses Gerichte sind für alle Gäste ohne diätetischen Einschränkungen geeignet.	
<b>Fett</b>	23			8			23				Das Symbol der Ähren steht für "Bewusst genießen", d.h.es werden nur leicht verdauliche Lebensmittel und Zubereitungsarten verwendet.	
<b>Eiweiß</b>	26			29			18				Das Symbol der Champignons steht für die vegetarischen Menüs. Dabei werden außer Molkerei- und Eiprodukte keine tierischen Produkte verwendet.	
<b>Kohlenhy.</b>	61			60			68				Das Symbol des Olivenzweiges steht für Gerichte, welche in Anlehnung an die mediterrane Küche zubereitet werden. Diese Menüs werden hauptsächlich saisonal angeboten.	
<b>Kalorien</b>	577			435			555			Suppe: F:1,5; EW:4; KH:8; 75 kcal; Chol:30   Telefonnr. Service		
<b>Cholest.</b>	68			50			17			Dessert: F:3; EW:4; KH:12; 100 kcal; Chol:30   Telefonnr. Ernähr.beratung		
<b>Gesamtwerte in der Woche Montag bis Sonntag</b>												
<b>Fett</b>	164			55			158			MCC-SV-V01   Version 19.0   Freigabedatum 04.03.2025		
<b>Eiweiß</b>	181			200			127			Nährwertangaben: Fett, Eiweiß und Kohlenhydrate in g, Cholesterin in mg, Kalorien in kcal		
<b>Kohlenhy.</b>	430			417			476			Die Buchstaben-Zahlenkombinationen z.B. A1 oder D1 deklarieren Zutaten der Einzelkomponenten, die kennzeichnungspflichtige Allergene oder Zusatzstoffe enthalten. Detaillierte Informationen erhalten Sie im Aushang "Allergene und Zusatzstoffe." Trotz sorgfältiger Herstellung der Gerichte können Spuren nicht gekennzeichnete Allergene nicht vollständig ausgeschlossen werden.		
<b>Kalorien</b>	4037			3043			3882			Abkürzungen bei den Nährwertangaben: K-hydrate: Kohlenhydrate; Chol: Cholesterin; rpf: rein pflanzlich		
<b>Cholest.</b>	475			350			118			Seite 1 von 2		

# Speiseplan



Herzhaft genießen				Bewusst genießen				Vegetarisch				
<b>Donnerstag</b> <b>24.04.2025</b>		 Grüner Bohneneintopf mit Rindfleisch dazu Roggenmischbrot		 Rinderbraten Kartoffeln zweierlei Karotten auf Bratensaft		 Gebackener Hirtenkäse Kartoffeln gebundenes Porreegemüse						
			37		Fett			7	Fett		26	Fett
	A1a,9		20		Eiweiß		D7	20	Eiweiß	A1a,3,7,15	23	Eiweiß
	s.A.		41		K-hydrat			58	K-hydrat		52	K-hydrat
			595		Kalorien			385	Kalorien	A3,10	549	Kalorien
		33	Chol		60	Chol		53	Chol			
<b>Freitag</b> <b>25.04.2025</b>		 Wirsingroulade mit Schweinefleischfüllung Kartoffeln Bratensoße		 Seelachs mit Brokkoliauflage Reis Romanesco Zitronensoße		 Kürbis-Chiasamen-Bratling Naturreis Grillgemüse pikante Paprikasoße						
			29		Fett			16	Fett		29	Fett
	A1a,10		22		Eiweiß		A1a,4,7,15	31	Eiweiß	rpf	16	Eiweiß
			52		K-hydrat			78	K-hydrat		107	K-hydrat
			574		Kalorien			596	Kalorien		775	Kalorien
A1a D1,3		82	Chol		33	Chol	A1a,c,9 rpf	0	Chol			
<b>Samstag</b> <b>26.04.2025</b>		 Spirelli Salat Rindfleischbolognesesoße		 Möhreeneintopf mit Hühnerfleisch dazu Vollkornbrot		 Vollkornnudeln Salat Käsesoße						
			9		Fett			5	Fett		13	Fett
			20		Eiweiß		A9	23	Eiweiß		19	Eiweiß
	A1a		73		K-hydrat		s.A.	49	K-hydrat	A1a	80	K-hydrat
			466		Kalorien			342	Kalorien		527	Kalorien
A1a,7,9		17	Chol		33	Chol	A1a,7,9,15	28	Chol			
<b>Sonntag</b> <b>27.04.2025</b>		 Paniertes Schweinekotelett Kartoffeln Leipziger Allerlei Pfeffersoße		 Hähnchenroulade mit Brokkolifüllung Reis Blumenkohl Geflügelsoße		 Couscous-Gemüsetörtchen Ratatouillegemüse						
			28		Fett			8	Fett		28	Fett
	A1a		35		Eiweiß		A7,15	36	Eiweiß	A1a rpf	18	Eiweiß
			76		K-hydrat			72	K-hydrat		69	K-hydrat
			716		Kalorien			518	Kalorien		618	Kalorien
A1a,9 D1		61	Chol		65	Chol		0	Chol			
MCC-SV-V01			Freigabedatum 04.03.2025				Seite 2 von 2					