

Menüplan für die 10. Woche 2019 vom 04.03.2019 bis zum 10.03.2019

Mo
04.03.2019

Di
05.03.2019

Mi
06.03.2019

Do
07.03.2019

Fr
08.03.2019

Sa
09.03.2019

So
10.03.2019

Suppe sowie wahlweise Menü 1 oder Menü 2

Lauchcremesuppe Vx ^{oo} g (kcal 128)	Sternchensuppe Vxx ^{ooo} aci (kcal 53)	Zucchini-cremesuppe Vxx ^{ooo} g (kcal 135)	Italienische Gemüsesuppe V ^{ooo} aci (kcal 134)	Gemüsecremesuppe Vx ^{ooo} gi (kcal 98)	Markklößchensuppe Rxx ^{oo} acgi 34 (kcal 261)	
Menü 1: Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen, Möhren, Reis und Blattsalat Gx ^o cgjl 38 (kcal 490)	Menü 1: Kasseler Kamm mit Sauerkraut und Kartoffelpüree Sx ^{oo} g 238 (kcal 428)	Menü 1: Apfelstrudel mit Vanillasoße Vx ^o acgl 8 (kcal 882)	Menü 1: Zwiebelfleisch mit Bratkartoffeln und Bohngemüse Rx ^{oo} acgi (kcal 633)	Menü 1: Paniertes Schollenfilet mit Remouladensoße und Kartoffelsalat Fxx ^o acdgj 1234 (kcal 777)	Menü 1: Grüner Bohneneintopf mit Kartoffelwürfel, Mettwurst und Roggenbrötchen Sx ^{oo} gi 234 (kcal 646)	Menü 1: Hähnchenschnitzel Wiener Art, Leipziger Allerlei und Kartoffelspalten Gx ^{oo} a (kcal 659)
Menü 2: Hausgemachte Hackfleischlasagne an Bechamelsoße mit Blattsalat Rx ^{oo} acgijl 38 (kcal 695)	Menü 2: Rinderschmorgulasch mit Bohnenstambes und Blattsalat Rx ^{oo} cgjl 2348 (kcal 417)	Menü 2: Duett vom Matjeshering (Hausfrauen & Russische Art) mit Pellkartoffeln Fx ^{oo} dg 7 (kcal 745)	Menü 2: Herzhafte Schinkennudeln mit Käse an Tomatensoße und Blattsalat Sx ^{oo} acgjl 12348 (kcal 543)	Menü 2: Frikadelle mit Zwiebelsoße Kartoffelpüree, Erbsen- Karottengemüse RSx ^{oo} aa1a6a10cfgij (kcal 348)	Menü 2: Hausgemachter Wurstsalat mit knusprigen Bratkartoffeln Sx ^{oo} afij 234578 (kcal 873)	Menü 2: Pfälzer Senfbraten mit Bratensoße, Speckbohnen und Kartoffelklößen RSx ^{ooo} aa1ijl 234 (kcal 624)

Suppe (ggf. vegetarische Alternativsuppe) und Menü vegetarisch

Lauchcremesuppe Vx ^{oo} g (kcal 128)	Sternchensuppe Vxx ^{ooo} aci (kcal 53)	Zucchini-cremesuppe Vxx ^{ooo} g (kcal 135)	Italienische Gemüsesuppe V ^{ooo} aci (kcal 134)	Gemüsecremesuppe Vx ^{ooo} gi (kcal 98)	Gemüse Eintopf "Quer durch de Gaade" mit Roggenbrötchen Vx ^{oo} i (kcal 305)	Gemüsebrühe mit Fadennudeln Vxx ^{ooo} aci (kcal 55)
Spinatauflauf auf einer Käse-Bechamelsoße mit Schwenkkartoffeln Vxx ^{ooo} aa1cg 1 (kcal 631)	Vegetarische Frühlingsrolle mit Sojasoße und gebratenem Reis Vx ^{oo} acfij (kcal 499)	Spaghetti mit Pesto Rosso, Kirschtomate, Ruccola und Blattsalat Vxx ^{ooo} acghjl 38 (kcal 485)	Omelette mit Gemüsefüllung, Salzkartoffeln und Blattsalat Va1cgijl 38 (kcal 426)	Canneloni mit Ricotta- Spinatfüllung, Tomaten soße und Blattsalat Vx ^o aa1cgijl 38 (kcal 482)		Pilzrisotto mit gemischtem Salat Vxx ^{ooo} cgjl 38 (kcal 547)

Nachtisch

Saisonales Frischobst V ^{ooo} (kcal 92)	Himbeerpudding Vxx ^{oo} g 14 (kcal 173)	Grießdessert mit Fruchtmarksoße Vxx ^o ag (kcal 162)	Schokopudding Vx ^{oo} g 1 (kcal 67)	Fruchtjoghurt Vxx ^o g (kcal 164)	Saisonales Frischobst V ^{ooo} (kcal 92)	Dessert Vxx ^o g 1 (kcal 136)
---	---	--	---	--	---	--

Name: _____

plan_ear_7_5_c
Gedruckt am 25.02.2019 um 8:53 Uhr



Änderungen des Speiseplans aus wichtigem Grund vorbehalten.
Das Küchenteam wünscht guten Appetit



Kreisverband Speyer e.V.
Karl-Leiling-Allee 5
Tel. 0 62 32/ 60 02-0
Email: info@drk-speyer.de

Legende zum Speiseplan

Allergene:

a	glutenhaltig	f	sojahaltig
a1	Enthält Weizen	g	milchhaltig
a2	Enthält Roggen	h	schalenfruchthaltig
a3	Enthält Gerste	h1	Enthält Mandel
a4	Enthält Hafer	h2	Enthält Haselnuss
a5	Enthält Dinkel	h3	Enthält Walnuss
a6	Enthält Kamut	h4	Enthält Kaschunuss
a7	Enthält Emmer	h5	Enthält Pecannuss
a8	Enthält Einkorn	h6	Enthält Paranuss
a9	Enthält Grünkern	h7	Enthält Pistazien
a10	Enthält Hybridgetreide	h8	Enthält Macadamianuss
b	krebstierhaltig	h9	Enthält Queenslandnuss
c	eihaltig	i	selleriehaltig
d	fischhaltig	j	senfhaltig
e	erdnusshaltig	k	sesamhaltig
		l	schwefelhaltig
		m	lupinehaltig
		n	weichtierhaltig

Kennzeichnung:

°°°	Diab. sehr gut
°°	Diab. geeignet
°	Diab. eingeschränkt
G	Geflügel
S	Schweinefleisch
V	vegetarisch
R	Rindfleisch
F	Fisch
A	Alkohol
xx	leichte Vollkost

Zusatzstoffe:

1	Farbstoffe
2	Konservierungsstoffe
3	Antioxidationsmittel
4	Geschmacksverstärker
5	Phosphat
6	Süßungsmittel
7	Phenylalaninquelle
8	geschwefelt
9	geschwärzt
10	gewachst