

Speiseplan für die 12. Woche 2019 vom 18.03.2019 bis zum 24.03.2019

Mo
18.03.2019

Di
19.03.2019

Mi
20.03.2019

Do
21.03.2019

Fr
22.03.2019

Sa
23.03.2019

So
24.03.2019

Suppe sowie wahlweise Menü 1 oder Menü 2

Gemüsecremesuppe Vx ^{ooo} gi (kcal 98)	Gemüsebrühe mit Nudelreis Vxx ^{ooo} aa1ci (kcal 63)	Lauchcremesuppe Vx ^{oo} g (kcal 128)	Gemüsebrühe mit Gemüseeinlage V ^{ooo} i (kcal 53)	Tomatencremesuppe Vxx ^{ooo} g (kcal 122)		Frische Kressesuppe Vxx ^{ooo} g (kcal 132)
Menü 1: Geflügelfrikadelle mit Tomaten&Käse überbacken, Rösti und Lauchgemüse Gx ^{ooo} aa1cgi 13 (kcal 753)	Menü 1: Gebackener Fleischkäse mit Soße, Kartoffelgratin und Bohnengemüse Sxx ^{oo} aa1gi (kcal 728)	Menü 1: Frische Reibekuchen mit Apfelkompott Vx ^{oo} a4c (kcal 538)	Menü 1: Hähnchengeschnezel es in Champignonrahm mit Vollkornreis, Rohkost agi (kcal 367)	Menü 1: Pan. Rotbarschfilet mit Remoulade und Schnittlauchkartoffeln, Salat Fx ^o cgj 18 (kcal 604)	Menü 1: Graupeneintopf mit geräuchertem Bauch und Roggenbrötchen Sx ^{ooo} ai (kcal 785)	Menü 1: Spanferkelrollbraten mit Soße, Majorankartoffeln und Blattsalat Sx ^{oo} agijk (kcal 516)
Menü 2: Vollkornspaghetti mit Tomaten- Basilikumsoße und Mozzarella, Blattsalat Vxx ^{oo} cgijl 38 (kcal 788)	Menü 2: Gebratene Kräuterhackbällchen in Champignonsoße, Püree und Salat Rx ^{oo} acgijl 348 (kcal 596)	Menü 2: Sellerieschnitzel an Kressesoße mit Kartoffeln und Karottensalat Vx ^{oo} aa1cgi (kcal 459)	Menü 2: Nudel- Hackfleisch- Auflauf an Tomatensoße mit Blattsalat Rx ^o acgijl 138 (kcal 1134)	Menü 2: Rinderleber mit Äpfel und Zwiebeln, Bratensoße, Püree und Rohkostsalat Rx ^{oo} agi (kcal 487)	Menü 2: Schupfnudelpfanne mit Gemüse, Käsesoße und Blattsalat Vx ^{ooo} aa1cgijl 38 (kcal 531)	Menü 2: Hähnchen Cordon Bleu mit Bratensoße, Spätzle und Gemüse Gx ^{oo} aa1cgijl 238 (kcal 247)

Suppe (ggf. vegetarische Alternativsuppe) und Menü vegetarisch

Gemüsecremesuppe Vx ^{ooo} gi (kcal 98)	Gemüsebrühe mit Nudelreis Vxx ^{ooo} aa1ci (kcal 63)	Lauchcremesuppe Vx ^{oo} g (kcal 128)	Gemüsebrühe mit Gemüseeinlage V ^{ooo} i (kcal 53)	Tomatencremesuppe Vxx ^{ooo} g (kcal 122)	Gemüseeeintopf "Quer durch de Gaade" mit Roggenbrötchen Vx ^{oo} i (kcal 278)	Frische Kressesuppe Vxx ^{ooo} g (kcal 132)
Spinatknödel mit rahmigen Zucchini- Tomaten-Gemüse Vxx ^{oo} a1gl 23 (kcal 300)	Ofenkartoffeln mit Kräuter-Creme Fraiche und Salat Vx ^{oo} cgijl 38 (kcal 233)	Frische Reibekuchen mit Apfelkompott Vx ^{oo} a4c (kcal 538)	Grünkernbratling mit tomatisiertem Gemüsereis und Blattsalat Vx ^{ooo} a1a9cfgjkl 38	Eier in Schnittlauchsoße mit Salzkartoffeln V acg 7 (kcal 445)		Gemüselasagne mit Salat Vxx ^{ooo} acgijl 138 (kcal 627)

Nachtisch

Saisonales Frischobst V ^{ooo} (kcal 92)	Waldmeisterquark Vxx ^{ooo} g 12 (kcal 150)	Zitronenpudding mit Himbeersoße g 14 (kcal 151)	Apfel-Kirschkompott ^{ooo} (kcal 86)	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 11.03.2019 um 7:12 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