

Menüservice "Essen auf Rädern"

Deutsches Rotes Kreuz Kellheim e.V. Alte Schulstraße 8
Tel.: 06195 - 99 39 - 0

Name

Tour

KW	1 Herzhaft Lecker	2 Fleischlos lecker	3 Süßer Genuss	4 Salatteller	Menü	1	2	3	4
15	9,80 €	9,80 €	9,80 €	8,80 €					
Mo	Lachsfilet Sauce Hollandaise ^{a, aW, c, g, 6} Blattspinat Vollkost ^{g, 6} Dampfkartoffeln Joghurt Sommerfrucht ^g	Vegan. Couscous Gemüsepfanne ^a Vegan. Paprikasoße ³ Joghurt Sommerfrucht ^g	Apfelasagne ^{a, aW, g, 6} Vanillesoße ^{g, 6} Joghurt Sommerfrucht ^g	Ostermontag	Mo				
6.4	31,8 g F 41,5 g K 41,2 g E 632,4 kcal	4,7 g F 77,1 g K 12,6 g E 197,7 kcal	14,7 g F 132,5 g K 19,3 g E 750,9 kcal		6.4				
Di	Haschee (Rind) Kartoffelpüree ^{2, g, 6} Karottensalat natur Kirschjoghurt ^{2, g, 6}	Polentaschnitte ^{2, 5, c, g, 6} Ratatouillegemüse ^{g, 6} Kirschjoghurt ^{2, g, 6}	Eierpfannkuchen ^{a, aW, c, g, 6} Fruchtsoße Kirschjoghurt ^{2, g, 6}	Salatteller mit Mozzarella ^{3, g, 6} Dressing Italian ^{4, j, l} Brötchen ^{a, aW} Kirschjoghurt ^{2, g, 6}	Di				
7.4	21,5 g F 39,4 g K 23,4 g E 449,9 kcal	7,5 g F 45,5 g K 13 g E 313,5 kcal	11,5 g F 80,9 g K 20,6 g E 535,8 kcal	11,7 g F 51,4 g K 12,9 g E 377,6 kcal	7.4				
Mi	Fleischkäse ⁵ Senf ^j Karotten-Kartoffelgemüse ^{g, 6} Salat SP Eisberg 1000island Dressing ^{2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6}	Bunter Gemüseeintopf ⁱ Schlockerkruste ^{a, aD, aR, aW} Ananas Kompott	Schupfnudeln ^{a, aW, c, g, 6} Zimtsoße ^{g, 6} Ananas Kompott	Salatteller mit Feta ^g 1000island Dressing ^{2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6} Brötchen ^{a, aW} Ananas Kompott	Mi				
8.4	30,5 g F 38,2 g K 21,7 g E 520,4 kcal	1,7 g F 55,5 g K 7,6 g E 281,5 kcal	19,7 g F 130,6 g K 13,2 g E 764,3 kcal	6,4 g F 43,1 g K 4,9 g E 255,2 kcal	8.4				
Do	Lasagne Bolognese ^{g, 6} Tomaten-Basilikum-Soße ^{g, 6} Erdbeerquark ^{g, 6}	Käsespätzle ^{2, a, aW, c, g, 6} Karottensalat Erdbeerquark ^{g, 6}	Kaiserschmarrn OHNE Rosinen ^{a, aW, c, g} Vanille-Apfel-Soße ^{g, 6} Erdbeerquark ^{g, 6}	Salatteller mit Ei ^{c, g, 6, 12} Joghurdressing ^{2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6} Brötchen ^{a, aW} Erdbeerquark ^{g, 6}	Do				
9.4	43,4 g F 70 g K 47 g E 871,7 kcal	42,9 g F 84,7 g K 30,2 g E 857 kcal	28,7 g F 122,7 g K 32,3 g E 889,5 kcal	21,5 g F 48,6 g K 24,3 g E 498,4 kcal	9.4				
Fr	Matjesfilet "Hausfrauen Art" ^{2, 3, 4, 5, c, d, g, j, 6} Dampfkartoffeln Kirschjoghurt ^{2, g, 6}	Couscous Gemüsepfanne ^a Tomatensoße Eisbergsalat Joghurdressing ^{2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6} Kirschjoghurt ^{2, g, 6}	Quark-Grieß-Apfel-Auflauf ^{a, aW, c, g, 6, 12} Vanillesoße ^{g, 6} Kirschjoghurt ^{2, g, 6}	Salatteller gemischt ^{4, g, 6} Kräuterdressing ^{4, j, l} Brötchen ^{a, aW} Kirschjoghurt ^{2, g, 6}	Fr				
10.4	48,1 g F 51,8 g K 26,8 g E 762,3 kcal	12,4 g F 80,9 g K 14 g E 293,3 kcal	21,5 g F 80,1 g K 33,3 g E 658,2 kcal	25,9 g F 53,2 g K 16,4 g E 524,1 kcal	10.4				
Sa	Erbseneintopf ^{i, 12} Fleischkäse gewürfelt (mS)	Hirtentasche ^{a, aW, c, g, 6} Knoblauch Soße Wedges Kartoffeln ^{a, aW}	Topfenmarillenknödel ^{a, aW, c, g, 6} Vanillesoße ^{g, 6}		Sa				
11.4	17,8 g F 44,5 g K 25,6 g E 455,5 kcal	33,4 g F 65 g K 20,2 g E 651,7 kcal	12,9 g F 62,1 g K 13,5 g E 421,9 kcal		11.4				
So	Schweine Schnitzel ^{a, aW} Rheingauer Soße ^{2, 4, g, l, 6} Kartoffelgratin	Maultaschen ^{a, aW, c, g, i} Gemüserahmsoße ^{g, i, 6}	Eierpfannenk. mit Apfelfüllung ^{a, c, g, 6} Vanillesoße ^{g, 6}		So				
12.4	39,3 g F 33,9 g K 25,3 g E 591,4 kcal	20 g F 73,6 g K 15,9 g E 540,6 kcal	16,6 g F 38,2 g K 11,3 g E 347,6 kcal		12.4				

Bei der Nährwertberechnung ist in den Menüs bereits das Dessert eingerechnet. Kcal = Kalorien / E = Eiweiß / F = Fett / K = Kohlenhydrate
1=mit Geschmacksverstärker (n) 2=mit Farbstoff (en) 3=mit Süßungsmittel 4=mit Antioxidationsmittel 5=mit Konservierungsstoff (en) 6=mit Milcheiweiß 7=mit P
8=mit Schwärzungsmitteln 9=mit Schwefeldioxid 10=gewachst 11=koffeinhaltig 12=enthält eine Phenylalaminquelle 13=chininhaltig 14=mit Taurin 15=Glutenhalt
16=Krebstiere 17=Ei 18=Fisch 19=Erdnüsse 20=Soja 21=Milch/Lactose 22=Schalenfrüchte 23=Sellerie 24=Senf 25=Sesam 26=Sulfite 27=Lupinen

je 10g (K) Kohlenhydrate = 1BE
Änderungen vorbehalten!

Guten Appetit!