

# SPEISEPLAN



vom 21. Oktober 2019 bis 24. Oktober 2019

**Montag**  
21. Oktober 2019

**Dienstag**  
22. Oktober 2019

**Mittwoch**  
23. Oktober 2019

**Donnerstag**  
24. Oktober 2019

## MENÜ 1 GAUMENFREUDE

**Asiatische Kokos-Currysuppe** <sup>A,F,G,L</sup>  
**Gebratenes Gansl** <sup>A,L,O</sup>  
**Orangensauche** <sup>A,L</sup>  
**Rotkraut** <sup>O</sup>  
**Grießknödel** <sup>A,C,G</sup>  
**Bayrischcreme mit Cookies** <sup>A,C,F,G,H</sup>

**Backerbsensuppe** <sup>A,C,F,G,L</sup>  
**Geschmortes Schulterscherzel vom Rind** <sup>A,L,O</sup>  
**Bohnen** <sup>G</sup>  
**Röstitaler** <sup>C,G</sup>  
**Salat** <sup>A,G,M,O</sup>  
**Pudding** <sup>G</sup>

**Schwarzwurzelcremesuppe** <sup>A,F,G,L</sup>  
**Gegrillte Hühnerbrust**  
**Letscho** <sup>A</sup>  
**Gemüserais** <sup>G,L</sup>  
**Salat** <sup>A,G,M,O</sup>  
**Milchschnitte** <sup>A,F,G,H</sup>

**Klare Gemüsesuppe mit Steinpilzravioli** <sup>A,C,F,G,L</sup>  
**Bratwurst** <sup>A,F</sup>  
**Senf** <sup>M</sup>  
**Bratkartoffeln** <sup>G</sup>  
**Sauerkraut** <sup>L</sup>  
**Salat** <sup>A,G,M,O</sup>  
**Fruchtsalat**

## MENÜ 2 FLEISCHLOS GUT

**Asiatische Kokos-Currysuppe** <sup>A,F,G,L</sup>  
**Kürbisnudeltascherl** <sup>A,C,G</sup>  
**Nussbutter** <sup>G</sup>  
**Parmesan** <sup>C,G</sup>  
**Salat** <sup>A,G,M,O</sup>  
**Bayrischcreme mit Cookies** <sup>A,C,F,G,H</sup>

**Backerbsensuppe** <sup>A,C,F,G,L</sup>  
**Semmelknödel** <sup>A,C,G</sup>  
**Schwammerlsauce** <sup>A,F,G,L</sup>  
**Salat** <sup>A,G,M,O</sup>  
**Pudding** <sup>G</sup>

**Schwarzwurzelcremesuppe** <sup>A,F,G,L</sup>  
**Ofenkartoffel mit Sauerrahmsauce** <sup>G</sup>  
**Grillgemüse**  
**Salat** <sup>A,G,M,O</sup>  
**Milchschnitte** <sup>A,F,G,H</sup>

**Klare Gemüsesuppe mit Steinpilzravioli** <sup>A,C,F,G,L</sup>  
**Orientalische Couscous - Gemüsepfanne** <sup>H</sup>  
**Salat** <sup>A,G,M,O</sup>  
**Fruchtsalat**

## MENÜ 3 LEICHT & LECKER

**Asiatische Kokos-Currysuppe** <sup>A,F,G,L</sup>  
**Japanischer Eintopf mit Huhn** <sup>A,E,F,N</sup>  
**Salat** <sup>A,G,M,O</sup>  
**Bayrischcreme mit Cookies** <sup>A,C,F,G,H</sup>

**Backerbsensuppe** <sup>A,C,F,G,L</sup>  
**Salatteller**  
**Tomaten-Mozzarella mit Basilikumpesto** <sup>C,G,H,O</sup>  
**Mehrkornbrötchen** <sup>A,G,N</sup>  
**Pudding** <sup>G</sup>

**Schwarzwurzelcremesuppe** <sup>A,F,G,L</sup>  
**Salatteller**  
**Gegrilltes Forellenfilet** <sup>A,D</sup>  
**Kräuterbutter** <sup>G</sup>  
**Milchschnitte** <sup>A,F,G,H</sup>

**Klare Gemüsesuppe mit Steinpilzravioli** <sup>A,C,F,G,L</sup>  
**Salatteller**  
**Vegetarischer Wrap mit Fetakäse** <sup>A,G,N</sup>  
**Fruchtsalat**

A: Gluten, C: Eier, D: Fisch, E: Erdnüsse, F: Soja, G: Milch, H: Schalenfrüchte, L: Sellerie, M: Senf, N: Sesam, O: Schwefeldioxid/Sulfite

vom 21.Oktober bis 24.Oktober 2019  
2019

**Montag**  
21.Oktober 2019

**Dienstag**  
22.Oktober 2019

**Mittwoch**  
23.Oktober 2019

**Donnerstag**  
24.Oktober 2019

**MENÜ 1**  
GAUMENFREUDE

Energie (Kilojoule) 4.693 kJ  
Fett 68,4 g  
Kohlenhydrate, resorbierbar 57,4 g  
Zucker (gesamt) 44,9 g  
Eiweiß (Protein) 36,2 g

Energie (Kilojoule) 2.421 kJ  
Fett 22,7 g  
Kohlenhydrate, resorbierbar 43,4 g  
Zucker (gesamt) 19,9 g  
Eiweiß (Protein) 44,8 g

Energie (Kilojoule) 2.593 kJ  
Fett 28,1 g  
Kohlenhydrate, resorbierbar 49,7 g  
Zucker (gesamt) 29,2 g  
Eiweiß (Protein) 55,7 g

Energie (Kilojoule) 3.511 kJ  
Fett 35,6 g  
Kohlenhydrate, resorbierbar 76,9 g  
Zucker (gesamt) 44,5 g  
Eiweiß (Protein) 37,3 g

**MENÜ 2**  
FLEISCHLOS GUT

Energie (Kilojoule) 3.759 kJ  
Fett 33,9 g  
Kohlenhydrate, resorbierbar 109,8 g  
Zucker (gesamt) 26,8 g  
Eiweiß (Protein) 28,7 g

Energie (Kilojoule) 2.799 kJ  
Fett 22,6 g  
Kohlenhydrate, resorbierbar 91,1 g  
Zucker (gesamt) 20,6 g  
Eiweiß (Protein) 20,0 g

Energie (Kilojoule) 2.305 kJ  
Fett 28,5 g  
Kohlenhydrate, resorbierbar 58,2 g  
Zucker (gesamt) 17,5 g  
Eiweiß (Protein) 12,5 g

Energie (Kilojoule) 2.465 kJ  
Fett 32,0 g  
Kohlenhydrate, resorbierbar 60,7 g  
Zucker (gesamt) 44,2 g  
Eiweiß (Protein) 9,1 g

**MENÜ 3**  
LEICHT & LECKER

Energie (Kilojoule) 2.537 kJ  
Fett 28,3 g  
Kohlenhydrate, resorbierbar 64,2 g  
Zucker (gesamt) 11,9 g  
Eiweiß (Protein) 27,7 g

Energie (Kilojoule) 2.434 kJ  
Fett 31,3 g  
Kohlenhydrate, resorbierbar 51,5 g  
Zucker (gesamt) 20,0 g  
Eiweiß (Protein) 19,2 g

Energie (Kilojoule) 1.718 kJ  
Fett 22,0 g  
Kohlenhydrate, resorbierbar 17,5 g  
Zucker (gesamt) 10,7 g  
Eiweiß (Protein) 34,2 g

Energie (Kilojoule) 1.811 kJ  
Fett 8,8 g  
Kohlenhydrate, resorbierbar 74,0 g  
Zucker (gesamt) 35,7 g  
Eiweiß (Protein) 10,1 g

A: Gluten, C: Eier, D: Fisch, E: Erdnüsse, F: Soja, G: Milch, H: Schalenfrüchte, L: Sellerie, M: Senf, N: Sesam, O: Schwefeldioxid/Sulfite