

# Speiseplan Woche vom 16.05. - 20.05.2022

	Vollkost	Vegetarische Kost	Aktionsmenü
<b>Montag</b> 16.05.2022	Mediteraner Rindergulasch an hausgemachten Nudeln [3.589kJ] [861kcal]   VK:5,50 €   1,3(1)   1,8(1)   4(3)   1,1(1) <b>Fischer Obstsalat</b> [1.58kJ] [37kcal]   VK:0,00 €   1,2(3)	Vegetarische Paprikaschote mit Tomatensoße und Reis [2.799kJ] [672kcal]   VK:3,80 €   1,3(1)   2,0(2)   1(3)   1,1(1) <b>Fischer Obstsalat</b> [1.58kJ] [37kcal]   VK:0,00 €   1,2(3)	Zanderfilet an Tomaten-Pesto, mit Dillkartoffeln [2.095kJ] [499kcal]   VK:5,80 €   2(3)   4(9)   5(1)   1,8(1)   4(1)   5(4)   2(3)   1,1(1) <b>Bunter Gartensalat mit Dressing</b> [261kJ] [63kcal]   VK:0,00 €   1,8(1)
<b>Dienstag</b> 17.05.2022	Frische gebratene Maischolle Finkenwerder Art, dazu Bratkartoffel und Salat [4.342kJ] [1.047kcal]   VK:8,90 €   2(5)   5(3)   1(8)   1(5)   3(1)   1,1(1) <b>Dessert</b> [608kJ] [144kcal]   VK:0,00 €   1,8(1)   5(3)   1(5)   1,1(1)   9(2)	Milchreis mit Erdbeersoße [3.314kJ] [787kcal]   VK:3,80 €   1,8(1) <b>Frischobst</b> [450kJ] [108kcal]   VK:0,00 €	Muschelsuppe "Castellamare" [647kJ] [156kcal]   VK:0,00 €   3(1)   1,8(4)   3(1)   1,1(1) Gebratenes Goldmakrelenfilet an kleinen Kartoffelchen [1.567kJ] [375kcal]   VK:5,50 €   1,3(1)   1(5)   2(1)   3(1)   1,1(1)
<b>Mittwoch</b> 18.05.2022	Hausrezept-Scharfer Kesselgulasch mit viel Rindfleisch, Gemüse und Baguette [1.976kJ] [473kcal]   VK:4,70 €   3(1)   1(8)   1(7)   2(0)   2(1)   3(1)   1,3(4)   5(1) <b>Frischobst</b> [406kJ] [97kcal]   VK:0,00 €   7(1)	*Vegetarisches Gemüseschnitzel mit Kräutersoße und Kartoffelpüree [1.464kJ] [352kcal]   VK:3,80 €   1,3(5)   1(8)   2(1)   3(1)   1,1(1)   2(1) <b>Frischobst</b> [406kJ] [97kcal]   VK:0,00 €   7(1)	Reissuppe mit Fisch und Meerestüchchen [1.116kJ] [266kcal]   VK:1,50 €   1(5)   2(0)   1(8)   1(5)   2(4) Gebratenes Lachsfilet auf Blattspinat, Choronsauce und Kartoffelrösti [5.131kJ] [1.235kcal]   VK:6,50 €   1(1)   8(1)   4(1)   5(2)   1(1)
<b>Donnerstag</b> 19.05.2022	Paniertes Putenschnitzel mit Käse-Zwiebelsauce, Coleslaw-Salat und Pommes Frites [6.305kJ] [1.518kcal]   VK:5,20 €   1(2)   5(3)   1(1)   8(1)   4(1)   7(2)   2(1)   3(1)   1,1(1)   2(1)	Veget. Moussaka Auberginenaufauf griechische Art mit einem gemischten Salat [2.704kJ] [648kcal]   VK:3,80 €   3(1)   1(8)   1(4)   1(7)   2(0)   2(1) <b>Banane</b> [553kJ] [133kcal]   VK:0,00 €	Rotbarschfilet gebraten, auf Süß-Saurer Zucchini, dazu Reis [2.507kJ] [593kcal]   VK:6,50 €   1(2)   3(5)   1(8)   1(5)   1(7)   3(1)   1,1(1) Schokoladencreme Schwarzwälder Art [696kJ] [167kcal]   VK:0,00 €   1,8(1)
<b>Freitag</b> 20.05.2022	Gebratene Forelle "Müllerin Art" mit Schwenkartoffeln [3.904kJ] [934kcal]   VK:5,50 €   1(5)   1(2)   3(1)   3(1)   1(1)   1(8)   1(7)   1(7) <b>Gurkensalat</b> [148kJ] [35kcal]   VK:0,00 €	Vegetarische Maultaschen auf Bechamelsauce, dazu ein bunter Gartensalat mit Dressing [2.501kJ] [592kcal]   VK:3,80 €   1(2)   3(1)   3(1)   1(1)   1(8)   1(4)   1(7)   2(0)   2(1) <b>Apfelsine</b> [576kJ] [138kcal]   VK:0,00 €   7(1)	Lasagne mit Thunfisch und Oliven [3.832kJ] [921kcal]   VK:4,80 €   1(2)   3(1)   3(1)   3(1)   1(1)   8(1)   1(5)   1(5) Balsamico-Fruchtsalat von Orange, Rosa Grapefruit und Erdbeeren [313kJ] [75kcal]   VK:0,00 €   3(1)   3(1)   5(3)

**Zusatzstoffe**  
 1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel, 4) mit Geschmacksverstärker, 5) Süßungsmittel, 7) gewachst, 8) geschwätzt, 9) geschwefelt, 23) Zuckerart o. Süßungsm.

**Allergene**  
 12) Gluten, 13) Krebstiere, 14) Ei, 15) Fisch, 17) Soja, 18) Milch einschließlich Laktose, 19) Schalenfrüchte, 19.2) Haselnüsse und Haselnusszerzeugnisse, 20) Sellerie, 21) Senf, 31) Glutenhaltige Getreide, 31.1) Weizen und Weizenzerzeugnisse, 31.4) Roggen und Roggenzerzeugnisse, 31.5) Gerste und Gerstenzerzeugnisse, 31.6) Hafer und Haferzerzeugnisse, 42) Schwefeldioxid/Sulfide, 44) Weichtiere

