

# Wochenessenplan vom 27.05.2024 bis zum 02.06.2024

| Tag                                      | Menü 1  | Mediterrane Küche  | Menü 3 LVK/Diab.   |
|--|---|--|--|
| 27.05.2024<br>Montag                     | Käsespätzle <sup>(a,c)</sup><br>mit Gemüstreifen und Röstzwiebeln<br>dazu Sahnesauce <sup>(a,g,i)</sup> und Salat<br>Enth. 3,1<br>kcal: 624,86 Ew: 22,70 KH: 84,46 Fe: 21,31  | Veganes Hacksteak<br>auf Tomaten–Gemüsesauce <sup>(hi,g,i)</sup><br>und Zartweizen <sup>(a)</sup><br>Türkischer Joghurt mit Honig <sup>(hi,g,h)</sup><br>kcal: 640,39 Ew: 22,66 KH: 103,22 Fe: 14,39                           | Mild gepökelter Schweinerücken <sup>(hi)</sup> <sup>(2)</sup><br>mit Bratensauce <sup>(j)</sup> , Mischgemüse<br>Kartoffelstampf <sup>(g)</sup><br>Enth. 3,1,2<br>kcal: 628,41 Ew: 37,76 KH: 74,49 Fe: 19,08     |
| 28.05.2024<br>Dienstag                   | Tofu–Gemüse–Curry <sup>(j)</sup><br>mit Basmatireis<br>und gerösteten Walnüsse <sup>(j)</sup><br>Buttermilchcreme Mango <sup>(a,g)</sup><br>kcal: 726,94 Ew: 31,70 KH: 73,04 Fe: 32,70  | Gebratener Blumenkohl<br>mit Möhrenstifte, Spinatsauce<br>und Kretische Kartoffeln<br>Joghurtspeise mit Frucht <sup>(g)</sup><br>kcal: 371,14 Ew: 13,18 KH: 50,05 Fe: 12,47  | Gedämpftes Seelachsfilet <sup>(d)</sup><br>auf Kürbissauce <sup>(d,g,i)</sup> mit dreierlei<br>Kohlrößen<br>und Kartoffel–Dill–Stampf <sup>(a,g)</sup><br>kcal: 205,90 Ew: 32,92 KH: 8,97 Fe: 4,02               |
| 29.05.2024<br>Mittwoch                   | Jägerschnitzel (S) <sup>(a,c)</sup><br>mit Champignonsauce <sup>(a,hi,g)</sup> ,<br>Galagemüse und Kroketten <sup>(a,g)</sup><br>Schokoladenpudding <sup>(hi,g)</sup><br>kcal: 743,14 Ew: 43,76 KH: 63,71 Fe: 34,47             | Gedünstetes Kabeljaufilet <sup>(hi,d)</sup><br>auf Saisongemüse <sup>(i)</sup> ,<br>Basilikumsauce <sup>(a,g)</sup> und Kurkumakartoffeln<br>Quark mit Früchten <sup>(hi,g)</sup><br>kcal: 466,64 Ew: 45,99 KH: 47,45 Fe: 9,31 | Grießbrei <sup>(a,g)</sup><br>mit heißen Früchten<br>und knackigen Salat<br>Schokoladenpudding <sup>(hi,g)</sup><br>kcal: 597,18 Ew: 15,61 KH: 92,91 Fe: 16,33   |
| 30.05.2024<br>Donnerstag<br>Fronleichnam | Kartoffelrösti mit Gemüse<br>und Käse überbacken <sup>(a,c,g)</sup><br>dazu Kräuter–Käsesauce <sup>(a,g)</sup><br>Straciatella Creme <sup>(a,hi,g)</sup><br>kcal: 647,81 Ew: 25,46 KH: 58,06 Fe: 34,56                          | Rotbarschfilet mit Kirschtomaten<br>und Pinienkernen <sup>(hi,d,h)</sup> , Möhren Pesto<br>und Gemüsereis <sup>(i)</sup><br>Fruchtquark <sup>(g)</sup><br>kcal: 619,49 Ew: 40,10 KH: 66,26 Fe: 20,95                           | Putengoulasch mit<br>frischen Champignons <sup>(hi,g)</sup> ,<br>zweierlei Karottenscheiben und Gnocchi <sup>(a,c)</sup><br>Straciatella Creme <sup>(a,hi,g)</sup><br>kcal: 520,06 Ew: 42,69 KH: 50,37 Fe: 15,63 |
| 31.05.2024<br>Freitag                    | Eieromelette <sup>(a,c,g)</sup> mit<br>bunter Sahne–Sauce <sup>(a,g)</sup> und<br>und Kartoffelpüree <sup>(g)</sup> , frischer Salat<br>Frisches Obst<br>kcal: 533,83 Ew: 22,32 KH: 36,85 Fe: 32,39                             | Fischfilet mit Bärlauch–Senfkruste <sup>(i)</sup><br>auf heller Sauce <sup>(a,g,i)</sup> ,<br>Zitronen–Blattspinat <sup>(hi)</sup> und Kartoffeln<br>Frisches Obst<br>kcal: 476,88 Ew: 37,23 KH: 51,73 Fe: 12,05               | Gedünsteter Seehecht <sup>(d)</sup><br>mit Tomatensauce <sup>(hi,g,i)</sup> ,<br>Broccoligemüse und Kartoffeln<br>Frisches Obst<br>kcal: 383,10 Ew: 36,43 KH: 45,90 Fe: 5,00                                     |
| 01.06.2024<br>Samstag                    | Schwäbischer Eintopf<br>mit Maultaschen (S)<br>und viel Gemüse <sup>(a,c)</sup><br>Fruchtquark <sup>(g)</sup><br>kcal: 473,50 Ew: 38,08 KH: 44,40 Fe: 15,39   | Kräutergnocchis <sup>(a,c)</sup> mit<br>Auberginen–Zucchini–<br>Paprikasauce <sup>(hi,g,i)</sup> und Salat<br>Fruchtquark <sup>(g)</sup><br>kcal: 420,30 Ew: 13,96 KH: 56,64 Fe: 14,23   | Gemüseeeintopf<br>mit Eierstich <sup>(a,c,g,i)</sup><br>und Kartoffeln<br>Fruchtquark <sup>(g)</sup><br>kcal: 423,00 Ew: 34,24 KH: 34,73 Fe: 15,83   |
| 02.06.2024<br>Sonntag                    | Asiatisches Geschnetzeltes <sup>(a,f)</sup><br>mit Schweinefleisch, Sojasauce <sup>(a,hi,i)</sup><br>und Basmatireis<br>Mandarinen–Mascarpone–Creme <sup>(hi,g,2)</sup><br>Enth. 2<br>kcal: 526,17 Ew: 41,31 KH: 71,86 Fe: 7,66 | Vegetarische Klöße <sup>(a,c,g)</sup><br>in Basilikumsauce <sup>(a,g)</sup><br>auf Gemüsereis <sup>(i)</sup><br>Frischer Obstsalat <sup>(hi)</sup><br>kcal: 468,32 Ew: 16,85 KH: 68,74 Fe: 13,22                               | Putengoulasch mit frischen<br>Champignons <sup>(hi,g)</sup><br>Zucchinigemüse<br>und Petersilienkartoffeln<br>Enth. 2<br>kcal: 519,26 Ew: 43,62 KH: 48,99 Fe: 15,27  |

## Allergene:

a= enthält Gluten, hi= histamin, b= enthält Krebstiere, e= enthält Erdnüsse, c= enthält Eier, d= enthält Fisch, f= enthält Soja, g= enthält Milchprodukte, h= enthält Schalenfrüchte / Nüsse, i= enthält Sellerie, j= enthält Senf, k= enthält Sesam, l= enthält Sulfid+Sulfite, m= enthält Lupinen, n= enthält Weichtiere

1= mit Farbstoff, 2= mit Konservierungsstoff, 3= mit Antioxidationsmittel, 4= mit Geschmacksverstärker, 5= geschwefelt, 6= geschwärzt, 7= mit Zuckeraustauschstoff, 8= Phosphat, 9= mit Süßungsmitteln

Bei Fragen oder Anregungen sind wir erreichbar unter der hausigen Telefonnummer: 1080 (Küchenleitung und Diätassistenten)

Änderungen vorbehalten!!!