

Speiseplan "Haus am Park"

09.01.2023 - 15.01.2023



KW 2	Vollkost	leichte Vollkost	Salat & Nachtisch	Vesper	Abendbrot
Montag	Wurstgulasch ungarischer Art dazu Nudeln ψ ω 15 a a1 N: 544.12 kcal F: 22.61 g GF: 6.04 g C: 58.35 g Z: 11.68 g P: 25.99 g S: 3.85 g B: 4.87 BE	2 gefüllte Eierkuchen dazu Vanillesoße ∇ c g a g1 a1 N: 570.64 kcal F: 29.63 g GF: 8.72 g C: 60.45 g Z: 24.90 g P: 15.42 g S: 0.34 g B: 5.04 BE	frisches Obst ∇ ∞ N: 7.17 kcal F: 0.01 g GF: 0.00 g C: 1.60 g Z: 1.38 g P: 0.09 g S: 0.00 g B: 0.13 BE	Kaffee, Gebäck, süße Speise mit Quark & Früchten ∇ 14 c g a g1 a1 N: 426.96 kcal F: 17.49 g GF: 8.12 g C: 56.86 g Z: 33.69 g P: 9.86 g S: 1.11 g B: 4.75 BE	(1.4) Putenbrust, imit. Wildpastete, Salami, Leberwurst, Butterkäse, Tilsiter, Salatgurke, Guacamole mit Frischkäse ψ ω 15 c z g a2 a g1 a1 N: 557.43 kcal F: 37.18 g GF: 18.60 g C: 37.48 g Z: 4.34 g P: 18.45 g S: 2.07 g B: 3.12 BE
Dienstag	gebratenes Buttermakrelenfilet, Speckstippe süß-sauer, Stampfkartoffeln, Gurkensalat ω 5 15 i z g d a g1 a1 N: 520.82 kcal F: 31.86 g GF: 11.06 g C: 35.28 g Z: 8.11 g P: 22.80 g S: 2.68 g B: 2.94 BE	2 Kochklopse in Kapernsoße dazu Kartoffeln ψ ω i c j y a4 g a g1 a1 N: 431.73 kcal F: 23.05 g GF: 8.84 g C: 32.95 g Z: 4.80 g P: 22.70 g S: 2.44 g B: 2.75 BE	Gurkensalat & süße Speise mit Joghurt ∇ z g g1 N: 152.19 kcal F: 5.28 g GF: 0.54 g C: 23.20 g Z: 18.52 g P: 2.17 g S: 2.08 g B: 1.93 BE	Kaffee, gefülltes Kuchenstück, Obst ∇ 14 c t g a x g1 a1 N: 357.82 kcal F: 14.54 g GF: 4.53 g C: 50.65 g Z: 31.91 g P: 5.65 g S: 0.09 g B: 4.24 BE	Mortadella, Bier- & Kochschinken, Zwiebelmett, Maas-damer, Gouda, Brie, Tomate ψ ω 2 15 t g g1 N: 179.54 kcal F: 13.52 g GF: 7.03 g C: 1.80 g Z: 1.74 g P: 12.67 g S: 1.44 g B: 0.15 BE
Mittwoch	Schinkennudeln mit Gorgonzola-Sahnesoße ∇ ω 5 15 c y g a g1 a1 N: 394.28 kcal F: 20.45 g GF: 8.84 g C: 29.96 g Z: 3.70 g P: 21.55 g S: 1.53 g B: 2.50 BE	Putensteak gebraten, Geflügelsoße, dazu feine Gemüsemischung, Kartoffeln ♣ g a g1 a1 N: 443.34 kcal F: 17.21 g GF: 5.34 g C: 36.48 g Z: 7.75 g P: 34.63 g S: 2.22 g B: 3.04 BE	süße Speise mit Quark ∇ j g g1 N: 141.22 kcal F: 5.14 g GF: 0.53 g C: 17.81 g Z: 13.89 g P: 5.49 g S: 1.06 g B: 1.49 BE	Kaffee, Kuchen (Feingebäck) & frisches Obst ∇ c t z g a g1 a1 N: 347.79 kcal F: 14.11 g GF: 8.28 g C: 47.97 g Z: 32.75 g P: 5.24 g S: 0.57 g B: 4.00 BE	Schinkenspeck, Corned Turkey, Bier- & Leberwurst, Edamer, Emmen-taler, Senfgurke, Häckerle ψ ω 15 j g a2 d a g1 a1 N: 500.66 kcal F: 31.35 g GF: 13.73 g C: 35.40 g Z: 2.84 g P: 19.02 g S: 3.40 g B: 2.95 BE
Donnerstag	Geflügelleber gebraten auf Apfel - Zwiebelfett, Stampfkartoffeln, bunter Krautsalat ♣ j g g1 N: 490.79 kcal F: 27.48 g GF: 10.12 g C: 32.83 g Z: 10.47 g P: 27.43 g S: 2.55 g B: 2.74 BE	Wurzelgemüseintopf mit Kartoffeln & Rindfleisch ψ j g a g1 a1 N: 447.74 kcal F: 21.96 g GF: 6.48 g C: 47.36 g Z: 10.47 g P: 14.64 g S: 1.20 g B: 3.94 BE	Krautsalat & frisches Obst ∇ ∞ N: 99.12 kcal F: 4.61 g GF: 0.59 g C: 12.70 g Z: 12.64 g P: 1.31 g S: 0.88 g B: 1.06 BE	Obstsandkuchen, Kaffee ∇ 14 c g a g1 a1 N: 196.04 kcal F: 7.98 g GF: 4.66 g C: 27.30 g Z: 15.58 g P: 3.53 g S: 0.11 g B: 2.28 BE	Corned Beef, Fleischkäse, Mettwurst, Tilsiter, Gouda, Weichkäse Brie 50%, Paprika, Fleischsalat ψ ω 15 j g a2 a g1 a1 N: 567.64 kcal F: 35.80 g GF: 17.92 g C: 37.75 g Z: 4.86 g P: 23.65 g S: 2.65 g B: 3.15 BE
Freitag	grüne Bohneneintopf mit Kasseler ψ ω 15 y a N: 227.61 kcal F: 11.18 g GF: 3.46 g C: 19.86 g Z: 5.97 g P: 11.55 g S: 3.18 g B: 1.65 BE	Seelachsfilet nach toskanischer Art (Tomate-Mozzarella), Rahmsauce, Kartoffeln j y g d a g1 N: 488.52 kcal F: 21.04 g GF: 6.33 g C: 31.88 g Z: 6.95 g P: 41.84 g S: 0.66 g B: 2.66 BE	Birnenkompott ∇ ∞ N: 52.93 kcal F: 0.08 g GF: 0.01 g C: 12.84 g Z: 12.84 g P: 0.22 g S: 0.00 g B: 1.07 BE	Kaffee, Käsekuchen (verschieden), Obst ∇ 14 c g a g1 a1 N: 230.43 kcal F: 11.05 g GF: 6.40 g C: 24.75 g Z: 13.46 g P: 7.45 g S: 0.10 g B: 2.07 BE	Geflügelkräuterlyoner, Rot- & Leberwurst, Gouda, Maas-damer, Romadur, Gewürzgurke, Bratwürstchen ♣ ω 2 15 g a2 a g1 a1 N: 600.61 kcal F: 41.86 g GF: 19.17 g C: 35.79 g Z: 3.23 g P: 20.58 g S: 3.71 g B: 2.98 BE
Samstag	Möhreneintopf mit Hähnchenfleisch ♣ ψ y a N: 206.47 kcal F: 5.79 g GF: 2.06 g C: 21.98 g Z: 12.57 g P: 15.87 g S: 1.29 g B: 1.81 BE	siehe Vollkost ♣ ψ y a N: 206.47 kcal F: 5.79 g GF: 2.06 g C: 21.98 g Z: 12.57 g P: 15.87 g S: 1.29 g B: 1.81 BE	süße Speise mit Quark ∇ j g g1 N: 141.22 kcal F: 5.14 g GF: 0.53 g C: 17.81 g Z: 13.89 g P: 5.49 g S: 1.06 g B: 1.49 BE	Kaffee & Rührkuchen (verschieden), Obst ∇ 14 c g a g1 a1 N: 255.51 kcal F: 14.42 g GF: 8.77 g C: 28.18 g Z: 15.82 g P: 3.25 g S: 0.06 g B: 2.36 BE	Paprikapastete, Lachsschinken, Bierschinken, Leberwurst, Gouda, Esrom, Harzer, Tomate ψ ω 2 15 g a2 a g1 a1 N: 462.70 kcal F: 27.99 g GF: 14.06 g C: 35.72 g Z: 3.18 g P: 17.02 g S: 1.95 g B: 2.98 BE
Sonntag	Schweinekrusten-braten in Soße, Grünkohl, Kartoffeln & ψ ω a a1 N: 471.21 kcal F: 24.11 g GF: 7.92 g C: 38.60 g Z: 12.15 g P: 24.32 g S: 0.61 g B: 3.22 BE	Schweinekrustenbraten, Soße, Möhrengemüse, Kartoffeln & ψ ω g a g1 a1 N: 486.14 kcal F: 27.69 g GF: 11.65 g C: 35.03 g Z: 10.76 g P: 23.84 g S: 3.24 g B: 2.91 BE	frisches Obst ∇ ∞ N: 51.05 kcal F: 0.14 g GF: 0.01 g C: 11.11 g Z: 9.99 g P: 0.95 g S: 0.00 g B: 0.93 BE	Kaffee & Tortenschnitte (wechselnde Sorte) ∇ 14 c g a g1 a1 N: 323.96 kcal F: 20.33 g GF: 10.44 g C: 29.67 g Z: 22.91 g P: 4.95 g S: 0.12 g B: 2.48 BE	Wildschweinpastete, Salami, Kassler, Zwiebelmett, Landkäse, Edamer, Salatgurke, geräucherte Buttermakrele ψ ω 15 g a2 d a g1 a1 N: 477.96 kcal F: 29.79 g GF: 13.29 g C: 35.45 g Z: 2.96 g P: 17.25 g S: 2.58 g B: 2.96 BE

Nährwertangaben pro Portion N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Broteinheit

Allergene Inhaltsstoffe

- a Gluten
- a2 Roggen
- c Eier
- g Milch und Milchzeugnisse
- i Sellerie
- t Schalenfrucht
- y Hülsenfrucht

- a1 Weizen
- a4 Hafer
- d Fisch
- g1 Milcheiweiß
- j Senf
- x Honig
- z Zitrusfrucht

Zusatzstoffe

- 2 mit Konservierungsstoffen
- 14 coffeinhaltig
- 5 geschwefelt
- 15 Nitrat/Nitrit

Eigenschaften

- ∇ Alkohol
- j Laktose
- ψ Rindfleisch
- ∞ Vegan
- ♣ Geflügel
- & Muskelfleisch
- ω Schweinefleisch
- ∇ Vegetarisch