

Speiseplan "Haus am Park"

06.02.2023 - 12.02.2023



KW 6	Vollkost	leichte Vollkost	auf Wunsch	Salat & Nachtisch	Vesper	Abendbrot
Montag	Schmorkohlpfanne mit Schweinehack dazu Kartoffeln ψ ω 15 c j a 4 a a 1 N: 530.99 kcal F: 24.06 g GF: 8.62 g C: 51.44 g Z: 12.34 g P: 26.08 g S: 3.71 g B: 4.29 BE	Vanillemilchgrieß mit heißen Kirschen ∇ j g a g a 1 N: 475.73 kcal F: 16.60 g GF: 10.33 g C: 66.73 g Z: 45.58 g P: 13.53 g C: 0.34 g B: 5.56 BE		frisches Obst ∇ ∞ z N: 57.86 kcal F: 3.20 g GF: 0.33 g C: 6.14 g Z: 5.92 g P: 0.76 g S: 1.00 g B: 0.51 BE	Kaffee, Gebäck, süße Speise mit Joghurt & Früchten ∇ j 14 c g a g 1 a 1 N: 387.24 kcal F: 14.44 g GF: 7.81 g C: 57.72 g Z: 33.78 g P: 5.87 g S: 1.14 g B: 4.82 BE	(1.4) Putenbrust, Jagdwurst, Salami, Leberwurst, Butterkäse, Tilsiter, Salatgurke, Frischkäsecreme mit Lachs ♣ ψ j ω 15 c g a 2 d a g 1 a 1 N: 559.22 kcal F: 37.05 g GF: 18.77 g C: 36.17 g Z: 3.65 g P: 20.58 g S: 2.38 g B: 3.02 BE
Dienstag	Bratkartoffeln mit hausgemachtem Bratheringsfilet und Apfel-Joghurtremoulade j ω 15 j z g d a g 1 a 1 N: 703.10 kcal F: 49.56 g GF: 9.63 g C: 36.03 g Z: 11.57 g P: 28.02 g S: 3.40 g B: 3.00 BE	Kalbsgeschnetzeltes in Rahmsoße dazu Schwarzwurzelgemüse und Kartoffeln & ψ j 1 g a g 1 a 1 N: 359.60 kcal F: 13.01 g GF: 5.23 g C: 29.79 g Z: 6.01 g P: 29.87 g S: 3.24 g B: 2.48 BE	Bratkartoffeln mit Sülze und Apfel-Joghurtremoulade ψ j ω 15 j z g g 1 N: 469.06 kcal F: 27.86 g GF: 6.64 g C: 30.86 g Z: 8.54 g P: 22.87 g S: 1.93 g B: 2.57 BE	Pflaumenkompott ∇ ∞ N: 75.64 kcal F: 0.10 g GF: 0.01 g C: 18.23 g Z: 17.18 g P: 0.32 g S: 0.00 g B: 1.52 BE	Kaffee, gefülltes Kuchenstück, Obst ∇ j 14 c t g a x g 1 a 1 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: 4.28 BE	Römerbraten, Bier- & Kochschinken, Zwiebelmett, Maas-damer, Gouda, Weichkäse Brie 50%, fruchtiger Selleriesalat mit Walnussöl ψ j ω 2 15 i t h 3 g g 1 N: 228.71 kcal F: 17.98 g GF: 7.77 g C: 3.13 g Z: 2.96 g P: 13.44 g S: 2.67 g B: 0.26 BE
Mittwoch	Räuberspieß (Würstchen, Speck, Geflügelleber, Zwiebeln, Paprika) Letschosoße, Stampfkartoffeln ♣ j ω 15 g g 1 N: 588.19 kcal F: 30.88 g GF: 11.26 g C: 41.67 g Z: 14.65 g P: 35.10 g S: 3.56 g B: 3.48 BE	Brüheis mit Rindfleisch ψ N: 176.16 kcal F: 7.97 g GF: 3.35 g C: 15.82 g Z: 4.66 g P: 10.09 g S: 0.11 g B: 1.32 BE		süße Speise mit Quark und Früchten ∇ j z g g 1 N: 197.66 kcal F: 8.27 g GF: 0.82 g C: 26.70 g Z: 22.78 g P: 3.46 g S: 2.04 g B: 2.23 BE	Kaffee, Gebäckstück & Obst ∇ j 14 c g a g 1 a 1 N: 227.70 kcal F: 2.82 g GF: 1.37 g C: 42.37 g Z: 9.99 g P: 7.29 g S: 0.49 g B: 3.54 BE	Schinkenspeck, Mortadella, Bier- & Leberwurst, Emmen-taler, Edamer, Gurkensalat ψ j ω 15 j z g a 2 a g 1 a 1 N: 487.56 kcal F: 30.56 g GF: 13.53 g C: 38.73 g Z: 6.22 g P: 14.42 g S: 2.34 g B: 3.23 BE
Donnerstag	Geschnetzeltes vom Schwein nach Gyros Art dazu Kartoffeln, Zaziki æ & j ω y g g 1 N: 476.16 kcal F: 27.35 g GF: 10.60 g C: 30.63 g Z: 4.74 g P: 26.45 g S: 3.74 g B: 2.55 BE	Rahmblumenkohl dazu ein gekochtes Ei, Kartoffeln ∇ j c y g a g 1 N: 358.89 kcal F: 17.40 g GF: 7.61 g C: 32.15 g Z: 5.05 g P: 17.80 g S: 3.67 g B: 2.68 BE	Rosmarinkartoffeln æ ∇ ∞ N: 159.18 kcal F: 5.80 g GF: 0.85 g C: 22.61 g Z: 3.11 g P: 3.38 g S: 1.00 g B: 1.89 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	Obstsandkuchen, Kaffee ∇ j 14 c g a g 1 a 1 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, Romadur, Paprika, Fleischsalat ψ j ω 15 j g a 2 a g 1 a 1 N: 592.15 kcal F: 38.09 g GF: 19.11 g C: 37.88 g Z: 4.99 g P: 24.54 g S: 2.75 g B: 3.16 BE
Freitag	Kesselgulaschsuppe mit Paprika, Kartoffeln und Rindfleisch & ω y a a 1 N: 488.58 kcal F: 24.35 g GF: 8.69 g C: 37.67 g Z: 7.18 g P: 29.43 g S: 4.05 g B: 3.14 BE	Seelachsfilet mit Brokkoli überbacken, Rahmsoße, Kartoffeln j 15 i y g d a g 1 a 1 N: 484.12 kcal F: 24.22 g GF: 9.44 g C: 34.39 g Z: 8.49 g P: 31.26 g S: 0.87 g B: 2.86 BE		Apfelmus ∇ ∞ 2 y N: 130.48 kcal F: 1.27 g GF: 0.18 g C: 27.36 g Z: 24.88 g P: 1.70 g S: 1.00 g B: 2.28 BE	Kaffee, Käsekuchen (verschieden), Obst ∇ j 14 c g a g 1 a 1 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, Gewürzgurke, Hähnchennuggets dazu Curryketchup ♣ j ω 2 15 g a 2 a g 1 a 1 N: 660.25 kcal F: 43.69 g GF: 18.37 g C: 43.71 g Z: 5.51 g P: 23.33 g S: 4.09 g B: 3.64 BE
Samstag	Kohlrabiintopf mit Rindfleisch ψ c a N: 232.52 kcal F: 11.21 g GF: 4.54 g C: 17.90 g Z: 8.43 g P: 14.65 g S: 3.48 g B: 1.48 BE	siehe Vollkost ψ c a N: 232.52 kcal F: 11.21 g GF: 4.54 g C: 17.90 g Z: 8.43 g P: 14.65 g S: 3.48 g B: 1.48 BE		süße Speise mit Joghurt und Früchten ∇ j g g 1 N: 97.80 kcal F: 2.08 g GF: 0.21 g C: 18.18 g Z: 13.50 g P: 1.16 g S: 1.07 g B: 1.51 BE	Kaffee & Rührkuchen, Obst ∇ j 14 c g a g 1 a 1 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, Lachschinken, Bierschinken, Leberwurst, Gouda, Esrom, Tomate, Fischdose ψ j ω 2 15 g a 2 d a g 1 a 1 N: 523.53 kcal F: 32.60 g GF: 14.87 g C: 36.19 g Z: 3.61 g P: 21.47 g S: 2.01 g B: 3.02 BE
Sonntag	Hähnchenschenkel auf Geflügelsöße, Rotkohl, Kartoffeln ♣ a a 1 N: 541.54 kcal F: 26.00 g GF: 6.33 g C: 43.86 g Z: 16.36 g P: 32.20 g S: 1.43 g B: 3.65 BE	Hähnchenschenkel, Geflügelsöße, Kaisergemüse, Kartoffeln ♣ j a g 1 a 1 N: 513.23 kcal F: 27.45 g GF: 8.92 g C: 32.63 g Z: 7.58 g P: 33.44 g S: 3.42 g B: 2.71 BE		gekochter Möhrensalat, Obst ∇ ∞ z N: 103.22 kcal F: 1.27 g GF: 0.13 g C: 20.54 g Z: 19.06 g P: 1.67 g S: 1.01 g B: 1.70 BE	Kaffee & Tortenstück (Krem, Sahne oder Obst) ∇ j 14 c g a g 1 a 1 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, Räucherfisch ψ j ω 15 g a 2 a g 1 a 1 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
- h3 Walnuss
- j Senf
- x Hühnerfrucht
- z Zitrusfrucht
- a1 Weizen
- a4 Hafer
- d Fisch
- g1 Milcheiweiß
- i Sellerie
- t Schalenfrucht
- l Nüsse

Zusatzstoffe

- 1 mit Farbstoff
- 14 coffeinhaltig
- 2 mit Konservierungsstoffen
- 15 Nitrat/Nitrit

Eigenschaften

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