

KW 31	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Salatbowl: Klein:3,40 Mittel: 5,00 €, Groß: 6,00 €	<b>Bunte Salate vom Buffet mit Salatsoßen</b> N: 325.96 kcal F: 16.49 g GF: 3.74 g C: 36.41 g Z: 10.11 g P: 6.85 g S: 2.15 g B: 3.03 BE	<b>Bunte Salate vom Buffet mit Salatsoßen</b> N: 325.96 kcal F: 16.49 g GF: 3.74 g C: 36.41 g Z: 10.11 g P: 6.85 g S: 2.15 g B: 3.03 BE	<b>Bunte Salate vom Buffet mit Salatsoßen</b> N: 325.96 kcal F: 16.49 g GF: 3.74 g C: 36.41 g Z: 10.11 g P: 6.85 g S: 2.15 g B: 3.03 BE	<b>Bunte Salate vom Buffet mit Salatsoßen</b> N: 325.96 kcal F: 16.49 g GF: 3.74 g C: 36.41 g Z: 10.11 g P: 6.85 g S: 2.15 g B: 3.03 BE	<b>Bunte Salate vom Buffet mit Salatsoßen</b> N: 325.96 kcal F: 16.49 g GF: 3.74 g C: 36.41 g Z: 10.11 g P: 6.85 g S: 2.15 g B: 3.03 BE
Tasse Tagessuppe	<b>Rinderkraftsuppe mit Markklößchen und Eierstich</b> N: 191.38 kcal F: 11.39 g GF: 4.37 g C: 15.18 g Z: 8.81 g P: 7.11 g S: 1.58 g B: 1.26 BE <b>3,10 €</b>	<b>Erdbeermilch Shake</b> N: 199.55 kcal F: 3.65 g GF: 2.38 g C: 36.94 g Z: 36.04 g P: 3.80 g S: 0.12 g B: 3.08 BE <b>2,50 €</b>	<b>Feine Blumenkohlcremsuppe mit frischen Kräutern</b> N: 78.40 kcal F: 4.01 g GF: 2.19 g C: 7.56 g Z: 3.35 g P: 2.92 g S: 0.85 g B: 0.63 BE <b>3,10 €</b>	<b>Mango-Milchshake</b> N: 104.41 kcal F: 2.59 g GF: 1.61 g C: 16.19 g Z: 16.17 g P: 3.52 g S: 0.12 g B: 1.35 BE <b>2,50 €</b>	<b>Tomatencremesuppe mit Croutons</b> N: 1104.72 kcal F: 73.11 g GF: 47.06 g C: 91.40 g Z: 18.27 g P: 21.27 g S: 4.90 g B: 7.59 BE <b>3,10 €</b>
Unser Tagesgericht	<b>Pfannengyros mit Zwiebel, Pommes Frites, Krautsalat und Tzatziki</b> N: 1068.89 kcal F: 59.97 g GF: 11.00 g C: 41.61 g Z: 10.00 g P: 89.94 g S: 17.61 g B: 3.46 BE <b>9,50 €</b>	<b>Bratwurst mit Bratensoße, Kartoffelgratin und Karottengemüse</b> N: 1084.31 kcal F: 69.59 g GF: 33.93 g C: 73.33 g Z: 21.30 g P: 41.50 g S: 15.57 g B: 6.09 BE <b>9,50 €</b>	<b>Spaghetti mit feiner Schinken-Champignonsoße und Brokkoli</b> N: 188.46 kcal F: 1.45 g GF: 0.24 g C: 36.35 g Z: 0.23 g P: 6.91 g S: 0.01 g B: 3.03 BE <b>8,30 €</b>	<b>Hamburger mit Käse, Gurken, Zwiebeln, Tomaten, Hamburgersoße, dazu Pommes frites</b> N: 1396.87 kcal F: 77.78 g GF: 29.07 g C: 109.34 g Z: 18.41 g P: 63.54 g S: 3.06 g B: 9.13 BE <b>12,00 €</b>	<b>Gebackenes Seelachsfilet mit hausgemachtem Kartoffelsalat und Remouladensoße</b> N: 97.98 kcal F: 2.58 g GF: 0.51 g C: 7.97 g Z: 0.70 g P: 10.55 g S: 0.60 g B: 0.67 BE <b>9,70 €</b>
Alternatives Tagesgericht	<b>Milchreis mit Zucker, Zimt und brauner Butter</b> N: 245.44 kcal F: 2.36 g GF: 1.03 g C: 50.68 g Z: 8.65 g P: 4.62 g S: 0.02 g B: 4.22 BE <b>7,50 €</b>	<b>Falafel mit Süßkartoffelpommes und Kräuterdipp</b> N: 910.51 kcal F: 18.29 g GF: 5.60 g C: 137.61 g Z: 23.47 g P: 44.43 g S: 1.24 g B: 11.47 BE <b>7,50 €</b>	<b>Großer Salatteller mit Tintenfischringen und Baguette</b> N: 943.03 kcal F: 24.24 g GF: 5.76 g C: 121.65 g Z: 12.05 g P: 57.21 g S: 8.08 g B: 10.14 BE <b>9,70 €</b>	<b>Veggieburger mit Käse, Gurken, Zwiebeln, Tomaten, Hamburgersoße, dazu Pommes frites</b> N: 1396.87 kcal F: 77.78 g GF: 29.07 g C: 109.34 g Z: 18.41 g P: 63.54 g S: 3.06 g B: 9.13 BE <b>8,30 €</b>	<b>Vegetarischer Tortellini-Brokkoli-Auflauf</b> N: 741.41 kcal F: 24.26 g GF: 12.87 g C: 101.11 g Z: 5.95 g P: 28.56 g S: 3.49 g B: 8.43 BE <b>7,50 €</b>
Tagesdessert	<b>Vanillepudding mit Schokoladensoße und Krokant</b> N: 280.60 kcal F: 6.63 g GF: 3.78 g C: 48.44 g Z: 38.58 g P: 6.02 g S: 0.23 g B: 4.03 BE <b>2,20 €</b>	<b>Schokoladenpudding mit Vanillesoße</b> N: 106.28 kcal F: 2.37 g GF: 1.56 g C: 15.78 g Z: 14.49 g P: 5.01 g S: 0.19 g B: 1.32 BE <b>2,20 €</b>	<b>Vanillejoghurt mit Schokoballs</b> N: 241.68 kcal F: 10.54 g GF: 6.21 g C: 32.15 g Z: 27.50 g P: 3.70 g S: 0.29 g B: 2.68 BE <b>2,20 €</b>	<b>Hamburger rote Grütze mit Vanillesoße</b> N: 175.21 kcal F: 0.85 g GF: 0.49 g C: 38.84 g Z: 16.98 g P: 1.42 g S: 0.03 g B: 3.23 BE <b>2,20 €</b>	<b>Dessert des Tages</b> N: 286.43 kcal F: 7.51 g GF: 2.41 g C: 46.69 g Z: 40.57 g P: 7.21 g S: 0.08 g B: 3.89 BE <b>2,20 €</b>

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

