

SPEISEPLAN

Werkstätten Helmstedt

3. KW

14.01.2019

bis 18.01.2019

Montag



Spaghetti mit Käsesauce

658,1 kcal

2763,5 kj

7,358333 BE

Ei 18,1 gr.

Fe 24,9 gr.

Ko 88,3 gr.

Zusatzstoffe

Allergene a, g, a1

Dienstag



Kohlrouladen mit Salzkartoffeln

343,5 kcal

1438,9 kj

3,2 BE

Ei 6,7 gr.

Fe 17,4 gr.

Ko 38,4 gr.

Zusatzstoffe

Allergene a, a1

Mittwoch



Möhreneintopf mit Geflügelwürstchen, dazu Pudding

187 kcal

784,6 kj

2,908333 BE

Ei 6,2 gr.

Fe 1,9 gr.

Ko 34,9 gr.

Zusatzstoffe 2, 3, 8

Allergene g, i

Donnerstag



Veg.Schnitzel mit Kartoffelpüree und Mischgemüse, KG Veg. Nuggets mit Kartoffelpüree und Mischgemüse

301,7 kcal

1260,6 kj

2,508333 BE

Ei 14,6 gr.

Fe 13,1 gr.

Ko 30,1 gr.

Zusatzstoffe

Allergene a, c, f, g, j, a1

Freitag



Matjes nach Hausfrauenart mit Pellkartoffeln, KG Kräuterquark mit Pellkartoffeln

566,1 kcal

2349,7 kj

3,025 BE

Ei 24,2 gr.

Fe 35 gr.

Ko 36,3 gr.

Zusatzstoffe 1, 2, 3, 9, 11

Allergene a, c, d, j, a1

Zeichenerklärung: kcal = Kilokalorien | kj = Kilojoule | BE = Broteinheiten
 Ei = Eiweiß | Fe = Fett | Ko = Kohlenhydrate
 Zusatzstoffe und Allergene entnehmen sie bitte der nebenstehenden Liste!

■ vegetarisch
■ Schwein
■ Gefl./Rind/Fi.