




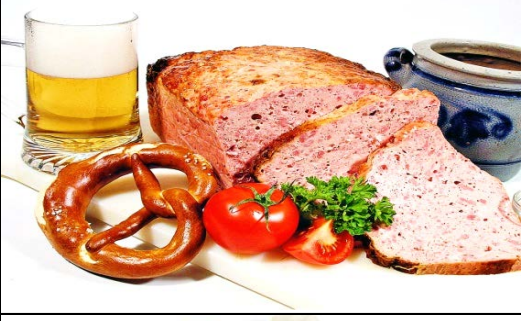

SPEISEPLAN

Werkstätten Helmstedt

7. KW

11.02.2019

bis 15.02.2019

Montag		Käsesuppe mit Brötchen dazu Obst	462,5 kcal
			1929,7 kj
			3,275 BE
			Ei 31,1 gr.
			Fe 19,9 gr.
Zusatzstoffe		Ko 39,3 gr.	
Allergene	a, g, j, a1, a2, a3		
Dienstag		Rinderfrikadelle mit Salzkartoffeln und grünen Bohnen	362 kcal
			1527,1 kj
			4,825 BE
			Ei 12,8 gr.
			Fe 7,4 gr.
Zusatzstoffe		Ko 57,9 gr.	
Allergene	a, c, a1		
Mittwoch		Spaghetti Bolognese mit Parmesankäse, dazu Joghurt	560 kcal
			2367,2 kj
			6,366667 BE
			Ei 37,2 gr.
			Fe 10,8 gr.
Zusatzstoffe	1, 2	Ko 76,4 gr.	
Allergene	a, g, a1		
Donnerstag		Leberkäse mit Kartoffelpüree Möhrengemüse	489,5 kcal
			2026,5 kj
			0,883333 BE
			Ei 20,8 gr.
			Fe 40 gr.
Zusatzstoffe	2, 3, 8	Ko 10,6 gr.	
Allergene	g		
Freitag		Eierragout mit Salzkartoffeln dazu Gemischter Salat	267,6 kcal
			1135 kj
			4,341667 BE
			Ei 9,8 gr.
			Fe 0,9 gr.
Zusatzstoffe		Ko 52,1 gr.	
Allergene			

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.