

# SPEISEPLAN

Werkstätten Helmstedt

11. KW

11.03.2019

bis 15.03.2019

Montag



**Hähnchenbrust mit Reis und Curry- Ananassauce**

414,1 kcal  
1731,7 kj  
4,641667 BE

Ei 33,1 gr.  
Fe 5,9 gr.  
Ko 55,7 gr.

Zusatzstoffe 2, 11

Allergene a, a1

Dienstag



**Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung und Vanillesauce, dazu Obst**

576,7 kcal  
2410,7 kj  
7,925 BE

Ei 13 gr.  
Fe 15,2 gr.

Zusatzstoffe 1

Allergene a, c, g, a1

Mittwoch



**Rindergulasch mit Nudeln**

612 kcal  
2564,4 kj  
6,25 BE

Ei 43 gr.  
Fe 14,9 gr.

Zusatzstoffe

Allergene a, a1

Donnerstag



**Königsberger Klopse mit Salzkartoffeln und Rote Beete Salat**

646,6 kcal  
2713,4 kj  
5,1 BE

Ei 36,5 gr.  
Fe 27,6 gr.

Zusatzstoffe 9

Allergene a, c, g, a1

Freitag



**Tomatensuppe mit Einlage, dazu Pudding**

274,2 kcal  
1147,2 kj  
3,616667 BE

Ei 6,1 gr.  
Fe 7,6 gr.

Zusatzstoffe 3, 5

Allergene a, g, l, 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.