






SPEISEPLAN

Werkstätten Helmstedt

17. KW

22.04.2019

bis 26.04.2019

Montag		Feiertag		0 kcal
				0 kj
				0 BE
				Ei 0 gr.
		Zusatzstoffe		Fe 0 gr.
		Allergene		Ko 0 gr.
Dienstag		Chili Con Carne mit Reis		522,3 kcal
				2211,8 kj
				6,075 BE
				Ei 35,5 gr.
		Zusatzstoffe		Fe 8,4 gr.
		Allergene	a, i, a1	Ko 72,9 gr.
Mittwoch		Hähnchenbrust mit Kartoffelpüree und Mischgemüse		180 kcal
				769,2 kj
				0,916667 BE
				Ei 28,8 gr.
		Zusatzstoffe		Fe 2,7 gr.
		Allergene	g	Ko 11 gr.
Donnerstag		Kaiserschmarrn mit Vanillesauce und Obstsalat		841,5 kcal
				3560,7 kj
				12,35 BE
				Ei 24,8 gr.
		Zusatzstoffe	1	Fe 16,1 gr.
		Allergene	a, c, g, a1	Ko 148 gr.
Freitag		Gefülltes vegetarisches Schnitzel mit Salzkartoffeln und gemischten Salat, KG Gemüsenuggets		509,6 kcal
				2144,8 kj
				5,991667 BE
				Ei 20,8 gr.
		Zusatzstoffe		Fe 13 gr.
		Allergene	a, c, f, g, j, a1	Ko 71,9 gr.

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.