

# SPEISEPLAN

Werkstätten Helmstedt

**22. KW**

**27.05.2019**

**bis 31.05.2019**

Montag		<b>Bratwurst mit Kartoffelpüree und Porreegemüse</b>	424,6 kcal	
			1762,7 kj	
			0,975 BE	
			Ei 20 gr.	
		Zusatzstoffe	1, 8	Ko 11,7 gr.
		Allergene	a, g, a1	
Dienstag		<b>Würstchengulasch mit Nudeln, dazu gemischter Salat</b>	817 kcal	
			3427,2 kj	
			8,541667 BE	
			Ei 32,9 gr.	
		Zusatzstoffe	2, 3, 8, 15	Ko 103 gr.
		Allergene	a, a1	
Mittwoch		<b>Frühlingsrolle mit Tomatenreis und Broccoli</b>	265 kcal	
			1118,8 kj	
			4,533333 BE	
			Ei 7,7 gr.	
		Zusatzstoffe		Ko 54,4 gr.
		Allergene	a, g, i, a1	
Donnerstag		<b>Feiertag: Rezept...man nehmen eine Kelle voll Sonnenschein, einen Topf voll gute Laune und eine Prise Bewegung :-)</b>	0 kcal	
			0 kj	
			0 BE	
			Ei 0 gr.	
		Zusatzstoffe		Ko 0 gr.
		Allergene		
Freitag		<b>Urlaub</b>	0 kcal	
			0 kj	
			0 BE	
			Ei 0 gr.	
		Zusatzstoffe		Ko 0 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.