

# Guten Appetit



## Vollkost

## Leichte Kost

## Vegetarische Kost

## Dessert

Montag 30.03.2020	Spaghetti Carbonara mit Schinken- Käsesahnesauce, Eisbergsalat mit Dressing <small>Gl,Se,Si,Mi ( 11 ) kcal 575</small>	Geflügel Köttbullar mit Estragonrahmsauce, Kartoffelpüree Salatbeilage <small>Mi,Gl,Se,Si kcal 445</small>	Wok Gemüse mit Mie-Nudeln <small>GL, Ei,Si,Se kcal 495</small>	Vanillepudding mit Kirschen <small>Mi,Gl, ( Nü ).kcal 95</small>
Dienstag 31.03.2020	Pfannen-Frikadelle mit Bratensauce, Apfelrotkohl und Kartoffelpüree <small>Gl,Se,Si,Mi ( 11 ) kcal 535</small>	Gefüllte Tortellini mit Tomatensauce, Salatbeilage. <small>Mi. GLSe,Si, Ei kcal 575</small>	Blumenkohl mit Kräutersauce, Petersilienkartoffeln und Salatbeilage <small>Gl,Mi,Si,Se, kcal 440</small>	Quarkspeise mit Honig <small>Mi , kcal 110</small>
Mittwoch 01.04.2020	Sämiger Kartoffeleintopf mit Suppengrün und Schnippelwurst <small>Gl, Mi,Si Se-kcal 430</small>	Omelette Natur mit Spinat und Dampfkartoffeln <small>Mi. GLSe,Si, Ei kcal 575</small>	Vanille Griesbrei mit Fruchtsauce <small>Mi, GL L., kcal 395</small>	Apfelmus <small>(1) Mi , kcal 110</small>
Donnerstag 02.04.2020	Senf Eier mit Specksauce und Dampfkartoffeln, Salatbeilage. <small>Gl,Se,Si,Mi,Ei( 11 ) kcal 515</small>	Cremiges Kartoffelkäsegratin mit Brokkoli und Tomatensalat <small>Gl,Si,Se,Mi kcal 395</small>	Paprikaschote vegetarisch gefüllt Tomatensauce und Kräuterreis <small>Gl,Se,Si Ei,Mi,Se,Si,Gl,kcal 440</small>	Caramelpudding <small>Mi , kcal 70</small>
Freitag 03.04.2020	Gedünstetes Fischfilet mit Dillsauce Gurkensalat und Salzkartoffeln <small>GL,Si,Se,,Mi,F,kcal 525</small>	Milchreis Zimt und Zucker <small>395 kcal</small>	Couscous Gemüsepfanne mit Aubergine, Zucchini, Tomate, Joghurt- Minze Dip und Salatbeilage <small>,Mi,Se,Si,Gl,Sm,kcal 440</small>	Frisches Obst vom Markt <small>kcal 60</small>
Samstag 04.04.2020	Sämiger Blumenkohl-Möhreneintopf mit Fleischeinlage <small>Si,Gl,Se,kcal 518</small>	Sämiger Blumenkohl-Möhreneintopf mit Fleischeinlage <small>Si,Gl,SeSekcal 518</small>	Sämiger Blumenkohl-Möhreneintopf <small>Si,Gl,Se,kcal 495</small>	Stachelbeerkompott <small>kcal 90</small>
Sonntag 05.04.2020	Schweinebraten mit Mett und Zwiebelfüllung, Bratensauce, Sauerkraut, und Petersilienkartoffeln <small>Se,Si,Gl,kcal 545</small>	Schweinebraten mit Mett und Zwiebelfüllung, Bratensauce, Brokkoli und Petersilienkartoffeln <small>Se,Si,Gl,kcal 545</small>	Sellerieschnitzel mit Bechamelgemüse, Schnittlauch und Dampfkartoffeln <small>SL, Mi, GL, Ei kcal 448</small>	Eiscreme <small>Mi, Ei, Gl, (1) 85 kcal</small>

Zusatzstoffe Siehe Aushang!

Änderungen vorbehalten!

# Guten Appetit



## Vollkost

## Leichte Kost

## Vegetarische Kost

## Dessert

Montag 06.04.2020	Gekochte Eier mit Schinkenwürfel und Brokkoli in leichter Senfsauce Kartoffelpüree (495) kcal Ei,Gl,Si,Mi,Se	Hausmacher Hackbraten mit Estragonrahmsauce Möhrengemüse und Spätzle (Gl,Si,Se,Mi,kcal 535(2))	Kräuterquark mit Dampfkartoffeln kcal 425 Mi,	Puddingspeise mit Aprikosen 75 kcal Mi
Dienstag 07.04.2020	Bratwurst mit Sauerkraut Dampfkartoffeln, Senf (Gl,Si,Se,Mi,kcal 535 (2))	Bunte Tortellinis mit Tomatensauce, Salatbeilage kcal 495 Gl,Se,Si,Mi,Ei	Süße Pfannkuchen mit Quark-Rosinenfüllung Vanillesauce GLSd ,Mi,Ei,435 kcal	Honig - Quarkspeise 85 kcal Mi
Mittwoch 08.04.2020	Deftiger Grünkohleintopf mit weißen Bohnen, Wurzelgemüsen, Kartoffelwürfel und Rauchfleisch Gl,Si,Se,Sd (2,3,4,10) kcal 585	Geschmorte Hähnchenkeule mit Äpfelstücken, Rosmarinjus, Selleriesalat, Petersilienkartoffeln kcal 495 Gl,Se,Si,Mi	Bandnudeln mit Zucchini, Kürbisgemüse und Fetakäse, Salatbeilage kcal 445 Mi,Ei	Früchtejoghurt Mi 95 kcal
Donnerstag 09.04.2020	Geschmorte Wirsingroulade mit kräftiger Bratensauce Petersilienkartoffeln (460 kcal Ei,Gl,Si,Mi,Se)	Maultaschen auf Käse-Möhrensauce Tomatensalat (575 kcal Ei,Gl,Si,Mi,Se)	Öhrchennudeln mit Zucchini,Staudensellerie und Vier-Käsesauce. Gl,Mi,Si,Se( 2 ), kcal 560	Sahniger Milchreis mit Zimt und Zucker Mi, 95 kcal
Feiertag Freitag 10.04.2020	Tranche vom Seelachs aus dem Ofen mit Salatgurkengemüse in Senf-Sahnesauce,Dampfkartoffeln F,Gl,Si,Se,kcal 595	Tranche vom Seelachs aus dem Ofen mit Salatgurkengemüse in Senf-Sahnesauce,Dampfkartoffeln F,Gl,Si,Se,kcal 595	Griesbrei mit Waldbeerensauce kcal 480 Gl,Mi( 11 )	Obst vom Markt 65 kcal (7)
Samstag 11.04.2020	Kartoffelsuppeneintopf mit Wurzelgemüse und Bockwurstscheiben Sl,Se,Gl, (2,3,4,10) kcal 565	Kartoffelsuppeneintopf mit Wurzelgemüse und Bockwurstscheiben , Sl,Se,Gl, (2,3,4,10) kcal 565	Kartoffelsuppeneintopf mit Wurzelgemüse , Sl,Se,Gl, (2,3,4,10) kcal 540	Mandarinenkompott 65 kcal
Ostersonntag Sonntag 12.04.2020	Lammgulasch mit grünen Speck-Bohnen und Gratin-Kartoffeln. Gl,Mi,Si,Se,kcal 585( 2 )	Lammgulasch mit Mandelbrokkoli mit Petersilienkartoffeln. Gl,Mi,Si,Se,kcal 525( 2 )	Spätzlepfanne mit Brokkoli und Blumenkohl, Käsesauce Salatbeilage , Ei,Mi,Se,Si,kcal 510	Eiscreme (1) Mi, GL, Ei 85 kcal

# Guten Appetit



## Vollkost

## Leichte Kost

## Vegetarische Kost

## Dessert

Ostermontag Montag 13.04.2020	Rheinischer Sauerbraten mit klassischer Sauce, Apfelrotkohl und Petersilienkartoffeln. GL,Sd,Mi,Se, Si(2)kcal520	Rheinischer Sauerbraten mit klassischer Sauce, Romanesco und Petersilienkartoffeln GI,Si,Sd,Se,(2) kcal 520	Gemüse-Kartoffelgratin auf einem Paprikaragout GI,Se,Si, Ei,Mi 465 kcal	Puddingspeise mit Banane Mi kcal 144
Dienstag 14.04.2020	Paniertes Putenschnitzel mit Kohlrabi a la creme, Kartoffelpüree GI,Mi,Ei,Si,Se kcal 575	Dampfkartoffeln mit Kräuterquark Karotten-Apfelsalat Mi,Se,Si kcal 445	Blumenkohlcurry mit Tofu, Sonnenblumenkerne Erbsen und Kokosmilch, Tomatenreis Nü,Sj,GL,Mi,Ei,Se,kcal 465	Apfelmus 165(1) kcal
Mittwoch 15.04.2020	Geschmorte Kohlroulade mit kräftiger Bratensauce und Salzkartoffeln GI,Mi,Si,Se kcal 575	Nudelsuppeneintopf mit Öhrchennudeln, Suppengemüse und Hühnerfleisch ( 4 )Si,Se, kcal 425	Öhrchennudeln mit Käsesauce und frischer Rosenkohl mit gebräunten Mandeln, Beilagensalat kcal445 GI,Nü, Mi,Ei,Si,Se	Fruchtjoghurt , kcal 135 (1) Mi
Donnerstag 16.04.2020	Frikadelle mit Champignonsauce Röstkartoffeln und Bohnensalat GI,Mi,Ei,Si,Se,kcal475	Omelette Natur mit Rahmspinat und Dampfkartoffeln Ei,GI,Si,Se,Mi kcal 485	Vegetarische Moussaka mit Tomatensauce Ei,Mi,Se,Si,kcal 495	Griesflammerie mit Fruchtsauce ,Mi,115kcal
Freitag 17.04.2020	Matjessalat "Hausfrauen Art" mit einer Sauce aus Äpfeln, Gewürzgurken und Zwiebeln, Dampfkartoffeln Se, Mi,Si,.,F, kcal 540	Milchreis mit Fruchtsauce. kcal 480 Mi,( 10 )	Frühlingsrolle mit süß-saurer Asia-Ananas-Tomatensauce und Bambussprossen Kräuterreis, Salatbeilage GI,Mi,.,Si,Se,Sj,kcal 475	Frische Obst vom Markt 52 kcal
Samstag 18.04.2020	Sämiger Gemüseintopf "Dithmarscher Art" mit Würstcheneinlage, Würzelgemüse, Kartoffelwürfel und Wirsingblätter GI,Si,Se,kcal 475	Sämiger Gemüseintopf "Dithmarscher Art" mit Würstcheneinlage, Würzelgemüse, Kartoffelwürfel GI,Si,Se,kcal 475	Sämiger Gemüseintopf "Dithmarscher Art" mit Würzelgemüse, Kartoffelwürfel und Wirsingblätter GI,Si,Se,kcal 475	Aprikosenkompott kcal 75 Mi,(1)
Sonntag 19.04.2020	Deftiger Schweinegulasch Rotkohl und Petersilienkartoffeln Si,GI,Se,Sd,(2)kcal580	Deftiger Schweinegulasch Karottengemüse und Petersilienkartoffeln Si,GI,Se,Sd,(2)kcal580	Gemüseschnitzel mit Rahmsauce, Karottengemüse und Dampfkartoffeln GI, Ei, Sl, Mi,Sm 445 kcal	Eiscreme Mi,GL,Ei (1) kcal 85

# Guten Appetit



## Vollkost

## Leichte Kost

## Vegetarische Kost

## Dessert

Montag 20.04.2020	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Letchogemüse und Kartoffelpüree kcal 525 Gl,Se,Si,Mi,Ei	Eierfrikassee "Hessische Art" mit gekochten Schinkenwürfel und Romanesco, helle Senf-Kräutersauce, Salzkartoffeln, Gi,Se,Si,Mi,Ei,(2) kcal 485	Gabelspaghetti mit gebratenen Auberginenwürfel, Rahmsauce mit Gemüsestreifen, Reibekäse , GL,Mi,Se,Si kcal 475	Quarkspeise mit Pfirsich Mi, kcal 95
Dienstag 21.04.2020	Lasagne mit Tomatensauce Se kcal 575 Gi,Mi,Ei,Si	Spinatpfannkuchen mit Kräutersauce und Salzkartoffeln Ei,Mi,Gl kcal450	Gratinierter Blumenkohl mit Holländischer Sauce und Petersilienkartoffeln, Salatbeilage Gi,Se,Si,Ei kcal. 515	Milchpudding mit Butterkeks Mi, kcal 85
Mittwoch 22.04.2020	Italienische Gemüsesuppe "Minestrone" mit Rauchfleisch Si,kcal 350	Kochklopse " Berliner Art " mit einer Sauce aus Gewürzgurken, Kapern und Dampfkartoffeln Gi,Si,Se,Mi,kcal 495	3 Hefeknödel mit Vanillesauce und Mohnzucker GL, Mi,Ei,Se, Si / kcal 475	Fruchtjoghurt Mi,kcal 85
Donnerstag 23.04.2020	Geflügelbratwurst mit Bratensauce Kohlrabi-Möhrengemüse Kartoffelpüree, Senf kcal 495 Gl,Se,Mi,Si,( 2 )	Dreierlei Tortellini mit Tomatensauce, Reibekäse, Eisbergsalat mit Joghurt-Mandarinendressing Gi,Si,Se,Mi, kcal 395	Kartoffelrösti mit tomatisierten Ratatouille Gemüse und Schnittlauchquarktopping Mi,Se,Si,Gl,kcal 465	Schokoladenpudding mit Birnenwürfel Mi, kcal 95
Freitag 24.04.2020	"Paniertes Fischfilet " mit Remouladen-Kräutersauce Dampfkartoffeln Gl,Sd,Mi,Se,Ei, kcal 565	Griespudding mit Kirschen Gl,Mi, ( 11 )kcal 480	Sellerieschnitzel auf Spitzkohl in Rahm Kartoffelpüree Mi,Se,Si,Gl,Ei,kcal 485	Frisches Obst vom Markt kcal 75
Samstag 25.04.2020	Sämiger Blumenkohleintopf mit Kaiserschoten, Erbsen, Kartoffeln und Hackfleischbällchen Gi,Se,Si,kcal 575	Sämiger Blumenkohleintopf mit Karotten,Kartoffeln und Hackfleischbällchen Gi,Se,Si,kcal 575	Sämiger Blumenkohleintopf mit Kaiserschoten, Erbsen und Kartoffeln Gi,Se,Si,kcal 575	Mandarinenkompott kcal 85
Sonntag 26.04.2020	Gulasch vom Rind und Schwein Apfel-Rotkohl und Salzkartoffeln kcal 525 Gi,Se,Si,Mi	Gulasch vom Rind und Schwein Brokkoligemüse, Salzkartoffeln Gl,Se,Si,Mi kcal 515	Bunte Nudelpfanne mit Brokkoli, Kürbis und Spitzkohl, Tomatensauce, Salatbeilage kcal 455 Gi,Si,Se,Mi	Eisceme Mi, Ei 85 kcal (1)

Zusatzstoffe Siehe Aushang!

Änderungen vorbehalten!