

BESTELLWOCHE 41 VOM 10.10.2022 - 16.10.2022

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
Montag 10.10.22	Tomatensoße, Wurstwürfel a,g,1 Buttersporelli a,c,g Reibekäse g Apfelmusdessert 4	Hähnchenspieß, Soße a,f,g,4 Broccoligemüse/Hollandaise c,g Salzkartoffeln I Apfelmusdessert 4	Seehecht ged., Soße a,d,g,j Kaisergemüse g Salzkartoffeln I Apfelmusdessert 4	Seehecht ged., Soße a,d,g,j Kaisergemüse g Salzkartoffeln I Apfelmusdessert 4	Tomatensoße, Wurstwürfel a,g,1 Buttersporelli a,c,g Reibekäse g Apfelmusdessert 4
	561 kcal 5.19 BE KH 62.05 g	444 kcal 3.46 BE KH 41.40 g	400 kcal 3.85 BE KH 46.10 g	400 kcal 3.85 BE KH 46.10 g	486 kcal 4.32 BE KH 51.60 g
Dienstag 11.10.22	Hähnchenschnitzel, Soße a Mischgemüse g Salzkartoffeln I Waldf Fruchtquark g	Fischgulasch in Kräutersoße a,d,g Mischgemüse g Butter-Wellenbandnudeln a,c,g Waldf Fruchtquark g	4 Hähnchenstücke Asia Nudel mit Gemüse a,g Asiasoße mit Ananas a,b,f Waldf Fruchtquark g	T Hähnchengulasch, Soße c,g T 2 Nudelnocken a,c Waldf Fruchtquark g	Hähnchenschnitzel, Soße a Salzkartoffeln I Mischgemüse g Waldf Fruchtquark g
	469 kcal 2.95 BE KH 35.14 g	384 kcal 2.80 BE KH 33.62 g	391 kcal 3.57 BE KH 43.05 g	398 kcal 0.55 BE KH 6.54 g	191 kcal 2.19 BE KH 26.23 g
Mittwoch 12.10.22	Schinkenrührei, etwas Soße c,g,9 Bratkartoffeln I,7,9 Rote Beetesalat mit Apfel 1	Rinderbraten, Soße a,j Brechbohngemüse g 2 Kartoffelklöße 6 Rote Beetesalat mit Apfel 1	Geflügelhaxe, Soße a,f Brechbohngemüse g Salzkartoffeln I Rote Beetesalat mit Apfel 1	T Hähnchensuppenwürfel c Brechbohngemüse g Salzkartoffeln I Rote Beetesalat mit Apfel 1	Schinkenrührei, etwas Soße c,g,9 Bratkartoffeln I,7,9 Rote Beetesalat mit Apfel 1
	480 kcal 3.47 BE KH 41.86 g	482 kcal 3.78 BE KH 45.43 g	454 kcal 2.72 BE KH 32.62 g	328 kcal 2.52 BE KH 30.14 g	397 kcal 2.84 BE KH 34.23 g
Donnerstag 13.10.22	Pangasius geb., Senftunke a,c,d,g,j Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln I Erdbeerkompott	Gemüseschnitzel, Soße a,c,e,f,g,i Kräuterkartoffelgemüse g Bunte Gnocci(Grießnudel) a,c,g,i Erdbeerkompott	Grießbrei a,g,1,5 1 Zucker & Zimt Portion Erdbeerkompott	Grießbrei a,g,1,5 1 Zucker & Zimt Portion Erdbeerkompott	Pangasius geb., Senftunke a,c,d,g,j Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln I Erdbeerkompott
	499 kcal 4.42 BE KH 52.96 g	911 kcal 4.49 BE KH 53.99 g	439 kcal 4.60 BE KH 54.95 g	439 kcal 4.60 BE KH 54.95 g	467 kcal 3.97 BE KH 47.43 g
Freitag 14.10.22	Rinderzunge, Bratensoße a,g,9 Buttererbsen g Salzkartoffeln I Rhabarberkaltschale	2 Lammhacksteak, Soße a,c,e,f,g,i Kohlrabigemüse g Tomatenreis griechische Art Rhabarberkaltschale	Blumenkohlcremesuppe 2 gefüllte Apfel Eierkuchen a,c,g,4 2 Zuckerportionen Rhabarberkaltschale	T 3 Eierkuchen a,c,g Vanillepuddingsuppe g Rhabarberkaltschale	Rinderzunge, Bratensoße a,g,9 Buttererbsen g Salzkartoffeln I Rhabarberkaltschale
	554 kcal 3.75 BE KH 44.91 g	681 kcal 4.32 BE KH 51.88 g	452 kcal 4.74 BE KH 56.97 g	490 kcal 3.59 BE KH 43.26 g	460 kcal 3.07 BE KH 36.70 g
Samstag 15.10.22	Kartoffelsuppe mit Truthahnfleischwurst f,g,i,l,3,4,7,9 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Erdbeer g,1	Kartoffelsuppe mit Truthahnfleischwurst f,g,i,l,3,4,7,9 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Erdbeer g,1	Möhreneintopf mit Rindfleisch a,f,1 Joghurtdessert Erdbeer g,1 1 Mischbrotscheibe a	Möhreneintopf mit Rindfleisch a,f,1 Joghurtdessert Erdbeer g,1 1 Mischbrotscheibe a	Kartoffelsuppe mit Truthahnfleischwurst f,g,i,l,3,4,7,9 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Erdbeer g,1
	440 kcal 4.85 BE KH 58.48 g	440 kcal 4.85 BE KH 58.48 g	385 kcal 4.55 BE KH 55.03 g	385 kcal 4.55 BE KH 55.03 g	355 kcal 3.70 BE KH 44.64 g
Sonntag 16.10.22	Spanferkelrollbraten, Soße a,e,f,i,j Rosenkohlgemüse g 2 Grüne Klöße 3,6 Sauerkirschkompott	Spanferkelrollbraten, Soße a,e,f,i,j Rosenkohlgemüse g Salzkartoffeln I Sauerkirschkompott	Rahmspinat g Eiermedaillon c,4 Salzkartoffeln I Sauerkirschkompott	Rahmspinat g Eiermedaillon c,4 Salzkartoffeln I Sauerkirschkompott	Spanferkelrollbraten, Soße a,e,f,i,j Rosenkohlgemüse g 2 Grüne Klöße 3,6 Sauerkirschkompott
	476 kcal 4.10 BE KH 49.18 g	447 kcal 3.61 BE KH 43.14 g	460 kcal 3.56 BE KH 42.56 g	460 kcal 3.56 BE KH 42.56 g	393 kcal 3.19 BE KH 38.23 g

Zusatzstoffe [Angaben in eckigen Klammern] 0=Cyclamat; 1=Saccarin; 2=Farbstoff; 3=Konservierungsstoffe;

4=Antioxidationsmittel; 5=Geschmacksverstärker; 6=geschwefelt; 7=geschwärzt; 8=gewachst; 9=Phosphate;

a=Gluten; b=Krebstiere; c=Eier; d=Fisch; e=Erdnüsse; f=Soja; g=Milch; h=Schalenfrüchte; i=Sellerie; j=Senf; k= Sesamsamen; l=Sulfite; m=Lupine; n=Weichtiere

Wir verwenden nur Jodsalz, da wir an Ihre Gesundheit denken!

*** kleine Portionen nur aus Menü 1 möglich**

Küchenleitung - ASB Zwickau

BESTELLWOCHE 42 VOM 17.10.2022 - 23.10.2022

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
Montag 17.10.22	Schweinegeschnetzeltes, Soße a,g Butterspätzle a,c,g Vanillecremedessert g 615 kcal 4.44 BE KH 52.84 g	Big Rib Hacksteak a,c,f,i,j Paprikasoße kleine Port. a,e,f,g,i Balkangemüse g Salzkartoffeln l Vanillecremedessert g 536 kcal 3.22 BE KH 38.33 g	4 Fischstäbchen, Zitronensoße a,d,g Balkangemüse g Kartoffelpüree g,l,4 Vanillecremedessert g 555 kcal 3.17 BE KH 37.98 g	Seelachs ged., Zitronensoße a,d,g Balkangemüse g Kartoffelpüree g,l,4 Vanillecremedessert g 363 kcal 1.66 BE KH 19.95 g	Schweinegeschnetzeltes, Soße a,g Butterspätzle a,c,g Vanillecremedessert g 526 kcal 3.86 BE KH 45.96 g
Dienstag 18.10.22	2 Kochklops Königsb. Art a,c,g,j,1 Minimöhren-Erbse ngemüse g Salzkartoffeln l Quarkdessert Banane g 470 kcal 3.41 BE KH 41.14 g	Hähnchenformcordonbleu, Soße a,g Minimöhren-Erbse ngemüse g Butterreis g Quarkdessert Banane g 746 kcal 5.13 BE KH 61.87 g	Lebergulasch, Soße a,c,g,j Minimöhren-Erbse ngemüse g Kartoffelpüree g,l,4 Quarkdessert Banane g 431 kcal 2.16 BE KH 26.04 g	T Schweinebraten, Soße a,c Minimöhren-Erbse ngemüse g Salzkartoffeln l 345 kcal 2.97 BE KH 31.71 g	2 Kochklops Königsb. Art a,c,g,j,1 Buttermöhrrchen g Salzkartoffeln l 291 kcal 2.29 BE KH 27.62 g
Mittwoch 19.10.22	Zwickauer Brühlette a,3,4,7 Paprikaletscho a,7 Bratkartoffeln l,7,9 Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1 552 kcal 5.25 BE KH 63.13 g	Gulasch Szegediner Art, Soße a,g,j,4 2 Knödelscheiben a Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1 539 kcal 3.35 BE KH 40.23 g	Kartoffeleintopf mit Gurke und Jagdwurstwürfel a,f,j,l,1,4 1 Mischbrotscheibe a Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1 441 kcal 5.05 BE KH 60.64 g	Kartoffeleintopf mit Gurke und Jagdwurstwürfel a,f,j,l,1,4 1 Mischbrotscheibe a Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1 441 kcal 5.05 BE KH 60.64 g	Zwickauer Brühlette a,3,4,7 Paprikaletscho a,7 Bratkartoffeln l,7,9 Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1 485 kcal 4.31 BE KH 51.77 g
Donnerstag 20.10.22	Eisbeinflisch, Meerrettichsoße g,j,4,6,9 Sauerkrautgemüse g,j,l,4,7 2 Kartoffelklöße 6 Pfersichwürfelkompott 1 488 kcal 5.13 BE KH 61.79 g	Fleckeintopf süß-sauer a,j,l,4 1 Mischbrotscheibe a Pfersichwürfelkompott 1 610 kcal 7.49 BE KH 90.01 g	2 Hefeknödel a,c,g Vanillepuddingsuppe g mit Erdbeersoße Pfersichwürfelkompott 1 659 kcal 8.45 BE KH 101.60 g	T 3 Eierkuchen a,c,g Vanillepuddingsuppe g mit Erdbeersoße Pfersichwürfelkompott 1 578 kcal 5.26 BE KH 63.32 g	Eisbeinflisch, Meerrettichsoße g,j,4,6,9 Sauerkrautgemüse g,j,l,4,7 2 Kartoffelklöße 6 Pfersichwürfelkompott 1 366 kcal 3.70 BE KH 44.47 g
Freitag 21.10.22	Rostbratwurst, Soße, Senf a,e,f,g,i,j,9 Hausmacher Kartoffelsalat c,g,j,l,1,4 Gurken-Bohnsensalat j,1 687 kcal 3.09 BE KH 36.84 g	Asia Nudel mit Gemüse a,g Entenstreifen Asiasoße mit Ananas a,b,f Gurken-Bohnsensalat j,1 395 kcal 3.40 BE KH 41.05 g	Geflügelhackbraten, Soße a,c,g Kaisergemüse g Kartoffelpüree g Gurken-Bohnsensalat j,1 397 kcal 1.73 BE KH 20.95 g	T Frikadellen, Soße a,c,g,i,j Kartoffelpüree g Kaisergemüse g Gurken-Bohnsensalat j,1 342 kcal 1.81 BE KH 18.48 g	Rostbratwurst, Soße, Senf a,e,f,g,i,j,9 Hausmacher Kartoffelsalat c,g,j,l,1,4 Gurken-Bohnsensalat j,1 607 kcal 2.46 BE KH 29.26 g
Samstag 22.10.22	Frikadelle, Pilzsoße a,c,e,f,g,i,2,5 Mischgemüse bunt g Kartoffelpüree g Joghurtdessert Aprikose g,1 445 kcal 2.30 BE KH 28.03 g	Frikadelle, Pilzsoße a,c,e,f,g,i,2,5 Mischgemüse bunt g Salzkartoffeln l Joghurtdessert Aprikose g,1 473 kcal 3.28 BE KH 39.52 g	Fadennudeleintopf mit Geflügel und Eierflocken a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1 495 kcal 5.60 BE KH 67.18 g	Fadennudeleintopf mit Geflügel und Eierflocken a,c,f,i Joghurtdessert Aprikose g,1 405 kcal 4.07 BE KH 48.84 g	Frikadelle, Pilzsoße a,c,e,f,g,i,2,5 Mischgemüse bunt g Kartoffelpüree g Joghurtdessert Aprikose g,1 411 kcal 1.97 BE KH 23.97 g
Sonntag 23.10.22	Putenrollbraten, Soße g,l Rotkohlgemüse 7 2 Grüne Klöße 3,6 Süßkirschenkompott 1,2 490 kcal 4.52 BE KH 54.26 g	Putenrollbraten, Soße g,l Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln l Süßkirschenkompott 1,2 461 kcal 4.03 BE KH 48.22 g	Rindsgeschnetzeltes, Soße a,i,j Gelbes Karottengemüse g Salzkartoffeln l Süßkirschenkompott 1,2 379 kcal 3.46 BE KH 41.40 g	T Rindersgulasch, Soße a,c,f,i,j Salzkartoffeln l Gelbes Karottengemüse g Süßkirschenkompott 1,2 331 kcal 3.41 BE KH 40.75 g	Putenrollbraten, Soße g,l Rotkohlgemüse 7 2 Grüne Klöße 3,6 Süßkirschenkompott 1,2 197 kcal 3.23 BE KH 38.75 g

Zusatzstoffe [Angaben in eckigen Klammern] 0=Cyclamat; 1=Saccarin; 2=Farbstoff; 3=Konservierungsstoffe;
 4=Antioxidationsmittel; 5=Geschmacksverstärker; 6=geschwefelt; 7=geschwärzt; 8=gewachst; 9=Phosphate;
 a=Gluten; b=Krebstiere; c=Eier; d=Fisch; e=Erdnüsse; f=Soja; g=Milch; h=Schalenfrüchte; i=Sellerie; j=Senf; k=Sesamsamen; l=Sulfite; m=Lupine; n=Weichtiere
 Wir verwenden nur Jodsalz, da wir an Ihre Gesundheit denken!

*** kleine Portionen nur aus Menü 1 möglich**

Küchenleitung - ASB Zwickau