

BESTELLWOCHE 7 VOM 13.02.2023 - 19.02.2023

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
Montag 13.02.23	Rindfleisch Bolognese Art a Reibekäse g kurze Spaghetti a,c,g Himbeerkefirdessert g 610 kcal 5.33 BE KH 63.69 g	2 Fischli, Senfsoße a,c,d,g,j Kräuterjulienegemüse g Salzkartoffeln l Himbeerkefirdessert g 578 kcal 4.21 BE KH 50.25 g	Rührei c,g Rahmspinat g Salzkartoffeln l Himbeerkefirdessert g 529 kcal 3.33 BE KH 39.60 g	Rührei c,g Rahmspinat g Salzkartoffeln l Himbeerkefirdessert g 529 kcal 3.33 BE KH 39.60 g	Rindfleisch Bolognese Art a Reibekäse g kurze Spaghetti a,c,g Himbeerkefirdessert g 509 kcal 4.39 BE KH 52.59 g
Dienstag 14.02.23	Putensteak, Rahmsoße a,g Buntes Mischgemüse g Kartoffelpüree g,l,4 Vanillequark mit Ananas g,1,5 401 kcal 1.77 BE KH 21.43 g	Waldpilzragout auf Butterspätzle a,c,g Reibekäse g Vanillequark mit Ananas g,1,5 427 kcal 4.30 BE KH 51.44 g	Hähnchenbruststeak, Soße a,g Kräuterkarottengemüse g Kartoffelpüree g Vanillequark mit Ananas g,1,5 405 kcal 1.81 BE KH 22.04 g	Hähnchenbruststeak, Soße a,g Kräuterkarottengemüse g Kartoffelpüree g,l,4 Vanillequark mit Ananas g,1,5 405 kcal 1.81 BE KH 22.04 g	Putensteak, Rahmsoße a,g Buntes Mischgemüse g Kräuterkartoffelpüree g Vanillequark mit Ananas g,1,5 235 kcal 2.89 BE KH 34.62 g
Mittwoch 15.02.23	Kräuterquark mit Zwiebel g,m Leberwurst und 2 Stk. Butter g Salzkartoffeln extra l 1 Banane 627 kcal 4.31 BE KH 51.35 g	Weißkrautgulasch, Soße a,j 2 Knödelscheiben a Erdbeerpudding, Kakaosoße g 533 kcal 4.40 BE KH 52.77 g	2 Kochklops, Kräutersoße a,g,9 Mischgemüse Fitness g Salzkartoffeln l Erdbeerpudding, Kakaosoße g 517 kcal 4.10 BE KH 48.92 g	T Frikadellen, Soße a,c,g,i,j Mischgemüse Fitness g Kartoffelpüree g,l,4 Erdbeerpudding, Kakaosoße g 410 kcal 3.22 BE KH 35.07 g	Kräuterquark mit Zwiebel g,m Leberwurst und 1 Stk. Butter g Salzkartoffeln extra l 1 Banane 473 kcal 3.81 BE KH 45.48 g
Donnerstag 16.02.23	1 Hähnchenkeule, Soße a,g Rotkohlgemüse 7 2 Kartoffelklöße 6 Rhababer, Vanillesoße g 666 kcal 4.27 BE KH 51.49 g	Hackfleischrolle, Soße a,f,g,i,5,9 Buttererbsen g Salzkartoffeln l Rhababer, Vanillesoße g 577 kcal 3.72 BE KH 44.60 g	Milchreis g 1 Zucker & Zimt Portion Rhababer, Vanillesoße g 661 kcal 8.83 BE KH 105.96 g	Milchreis g 1 Zucker & Zimt Portion Rhababer, Vanillesoße g 661 kcal 8.83 BE KH 105.96 g	1 Hähnchenkeule, Soße a,g Rotkohlgemüse 7 2 Kartoffelklöße 6 Rhababer, Vanillesoße g 594 kcal 3.19 BE KH 38.38 g
Freitag 17.02.23	Schweine Cordon Bleu, Soße a,g,3,4 Balkangemüse g Bratkartoffeln g,l,7 Grießflammerie, Kakaosoße a,g,5 777 kcal 5.74 BE KH 69.07 g	Kartoffelsuppe mit Truthahnfleischwurst f,g,i,l,3,4,7,9 1 Mischbrotscheibe a Grießflammerie, Kakaosoße a,g,5 501 kcal 5.83 BE KH 70.14 g	Mediterranes Grill-Pfannengemüse mit Basilikumsoße Bandnudeln Grießflammerie, Kakaosoße a,g,5 106 kcal 1.45 BE KH 17.35 g	Mediterranes Grill-Pfannengemüse mit Basilikumsoße Bandnudeln Grießflammerie, Kakaosoße a,g,5 106 kcal 1.45 BE KH 17.35 g	Schweine Cordon Bleu, Soße a,g,3,4 Balkangemüse g Bratkartoffeln g,l,7 Grießflammerie, Kakaosoße a,g,5 704 kcal 4.91 BE KH 58.93 g
Samstag 18.02.23	Soljankaeintopf mit Sauerkraut und Wurst a,g,i,j,1,4,5,9 Weißbrotscheibe,einzeln a,g Joghurtdessert Heidelbeer g,1 531 kcal 3.74 BE KH 44.70 g	Brühgräupcheneintopf mit Geflügelfleisch a,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1 465 kcal 5.45 BE KH 65.28 g	Brühgräupcheneintopf mit Geflügelfleisch a,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1 465 kcal 5.45 BE KH 65.28 g	Brühgräupcheneintopf mit Geflügelfleisch a,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1 465 kcal 5.45 BE KH 65.28 g	Soljankaeintopf mit Sauerkraut und Wurst a,g,i,j,1,4,5,9 Weißbrotscheibe,einzeln a,g Joghurtdessert Heidelbeer g,1 479 kcal 3.42 BE KH 40.79 g
Sonntag 19.02.23	Burgunderbraten, Soße a,i,j,3,7,9 Rotkohlgemüse 7 2 Grüne Klöße 3,6 Birnenwürfelkompott 472 kcal 3.95 BE KH 47.61 g	Burgunderbraten, Soße a,i,j,3,7,9 Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln l Birnenwürfelkompott 443 kcal 3.46 BE KH 41.57 g	Rindfleischfrikadelle, Soße a,c,g,i,j Kaisergemüse g Salzkartoffeln l Birnenwürfelkompott 489 kcal 3.80 BE KH 45.68 g	T Schweinebraten, Soße a,c Kaisergemüse g Salzkartoffeln l Birnenwürfelkompott 391 kcal 3.60 BE KH 39.30 g	Burgunderbraten, Soße a,i,j,3,7,9 Rotkohlgemüse 7 2 Grüne Klöße 3,6 Birnenwürfelkompott 374 kcal 2.88 BE KH 34.63 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 8 VOM 20.02.2023 - 26.02.2023

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
Montag 20.02.23	Tomatencremesuppe/Teigware a,c,g 2 Quarkkeulchen a,g 2 Zuckerportionen Apfelmusdessert 4 652 kcal 7.45 BE KH 89.45 g	2 Eier mit süß-saurer Soße a,c,g,j,1 Kräuterjulienegemüse g Kartoffelpüree g,1,4 Apfelmusdessert 4 364 kcal 3.75 BE KH 45.03 g	Seelachs ged., Zitronensoße a,d,g Blumenkohlgemüse g Kartoffelpüree g Apfelmusdessert 4 283 kcal 2.17 BE KH 26.16 g	Seelachs ged., Zitronensoße a,d,g Blumenkohlgemüse g Kartoffelpüree g Apfelmusdessert 4 283 kcal 2.17 BE KH 26.16 g	2 Quarkkeulchen a,g Tomatencremesuppe/Teigware a,c,g 2 Zuckerportionen Apfelmusdessert 4 518 kcal 5.72 BE KH 68.55 g
Dienstag 21.02.23	Linseneintopf mit Rauchfleischwürfel a,f,i,3,4 1 Mischbrotscheibe a Erdbeerquarkdessert g,1 657 kcal 7.59 BE KH 91.01 g	2 Geflügelgockelchen Soße Broccoligemüse g Reis Erdbeerquarkdessert g,1 168 kcal 0.64 BE KH 7.60 g	2 Kräuterklöpfchen, Dillsoße a,c,f,g,i Broccoligemüse g Salzkartoffeln I Erdbeerquarkdessert g,1 474 kcal 2.94 BE KH 35.15 g	T Frikadellen, Soße a,c,g,i,j Broccoligemüse g Salzkartoffeln I Erdbeerquarkdessert g,1 404 kcal 2.62 BE KH 27.68 g	Linseneintopf mit Rauchfleischwürfel a,f,i,3,4 1 Mischbrotscheibe a Erdbeerquarkdessert g,1 549 kcal 6.19 BE KH 74.28 g
Mittwoch 22.02.23	Seelachs geb., Senftunke a,c,d,g,j Blumenkohlgemüse g Salzkartoffeln I Chinakohlsalat mit Gurke j,1 492 kcal 2.80 BE KH 33.31 g	Rindsgeschnetzeltes, Soße a,j Blumenkohlgemüse g Salzkartoffeln I Chinakohlsalat mit Gurke j,1 360 kcal 1.87 BE KH 22.43 g	1 Jägerschnitzel, Soße a,e,f,g,i,j,2,5,9 Tomatensoße naturell ,hausmacher a,g Butterspirelli farbig a,g Chinakohlsalat mit Gurke j,1 565 kcal 4.02 BE KH 48.55 g	T Frikadellen, Soße a,c,g,i,j Tomatensoße naturell ,hausmacher a,g Butterspirelli farbig a,g Chinakohlsalat mit Gurke j,1 510 kcal 4.31 BE KH 48.42 g	Seelachs geb., Senftunke a,c,d,g,j Blumenkohlgemüse g Salzkartoffeln I Chinakohlsalat mit Gurke j,1 465 kcal 2.61 BE KH 31.00 g
Donnerstag 23.02.23	Eieromelett naturell c,g Rahmspinat g Salzkartoffeln I Sracciatellacremdessrt g 480 kcal 3.71 BE KH 44.42 g	1 Frikadelle a,c,i,j Paprikaletscho a,7 Salzkartoffeln I Sracciatellacremdessrt g 579 kcal 5.68 BE KH 68.02 g	Fischgulasch in Kräutersoße a,d,g Broccoligemüse g Butter-Wellenbandnudeln a,c,g Sracciatellacremdessrt g 435 kcal 3.76 BE KH 45.15 g	Fischgulasch in Kräutersoße a,d,g Broccoligemüse g Butter-Wellenbandnudeln a,c,g Sracciatellacremdessrt g 435 kcal 3.76 BE KH 45.15 g	Eieromelett naturell c,g Rahmspinat g Salzkartoffeln I Sracciatellacremdessrt g 432 kcal 3.31 BE KH 39.64 g
Freitag 24.02.23	Schweinelachsbraten, Soße a,j Spargel - Bohnengemüse c,g 2 Kartoffelklöße 6 Götterspeise Kirsch, Vanillesoße g 444 kcal 4.83 BE KH 57.83 g	2 Geflügel-Bratwurst Soße a,c,f,g,h,i,n,3 Frühlingsgemüse g Kartoffelpüree g Götterspeise Kirsch, Vanillesoße g 522 kcal 2.35 BE KH 28.37 g	Grießbrei a,g,1,5 1 Zucker & Zimt Portion Götterspeise Kirsch, Vanillesoße g 455 kcal 4.90 BE KH 58.48 g	Grießbrei a,g,1,5 1 Zucker & Zimt Portion Götterspeise Kirsch, Vanillesoße g 455 kcal 4.90 BE KH 58.48 g	Schweinelachsbraten, Soße a,j Spargel - Bohnengemüse c,g 2 Kartoffelklöße 6 Götterspeise Kirsch, Vanillesoße g 339 kcal 3.50 BE KH 42.05 g
Samstag 25.02.23	Brühsuppenudeleintopf mit Geflügelfleisch a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1 455 kcal 5.80 BE KH 69.88 g	Brühsuppenudeleintopf mit Geflügelfleisch a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1 455 kcal 5.80 BE KH 69.88 g	Zartweizengräupcheneintopf mit Rindfleisch a,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1 475 kcal 5.80 BE KH 69.48 g	Zartweizengräupcheneintopf mit Rindfleisch a,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1 475 kcal 5.80 BE KH 69.48 g	Brühsuppenudeleintopf mit Geflügelfleisch a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1 368 kcal 4.55 BE KH 54.90 g
Sonntag 26.02.23	Schweinekammbraten, Soße a,j Romaneskogemüse g 2 Grüne Klöße 3,6 Erdbeerkompott 481 kcal 3.29 BE KH 39.58 g	Schweinekammbraten, Soße a,j Romaneskogemüse g 2 Grüne Klöße 3,6 Erdbeerkompott 452 kcal 2.80 BE KH 33.54 g	Gemüseschnitzel, Soße a,c,e,f,g,i Buttermöhrrchen g Salzkartoffeln I Erdbeerkompott 848 kcal 3.67 BE KH 44.14 g	Gemüseschnitzel, Soße a,c,e,f,g,i Buttermöhrrchen g Salzkartoffeln I Erdbeerkompott 848 kcal 3.67 BE KH 44.14 g	Schweinekammbraten, Soße a,j Romaneskogemüse g 2 Grüne Klöße 3,6 Erdbeerkompott 394 kcal 2.40 BE KH 28.77 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