

BESTELLWOCHE 15 VOM 10.04.2023 - 16.04.2023

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
Montag 10.04.23 Feiertag	Schweineroulade, Soße a,i,j Minimöhren-Erbsengemüse g 2 Kartoffelklöße Fruchtcocktaildessert	Schweineroulade, Soße a,i,j Minimöhren-Erbsengemüse g Salzkartoffeln i Fruchtcocktaildessert	Fischgulasch in Kräutersoße a,d,g Buntes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Fruchtcocktaildessert	Seelachs ged., Zitronensoße a,d,g Buntes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Fruchtcocktaildessert	Schweineroulade, Soße a,i,j Minimöhren-Erbsengemüse g 2 Kartoffelklöße Fruchtcocktaildessert
	861 kcal 11.70 BE KH 140.62 g	507 kcal 4.88 BE KH 58.68 g	439 kcal 5.13 BE KH 61.62 g	438 kcal 5.10 BE KH 61.33 g	831 kcal 11.27 BE KH 135.45 g
Dienstag 11.04.23	Seelachs Tomate ged., Soße a,d,g Mischgemüse bunt g Salzkartoffeln i Aprikosenquarkdessert g,1	Jägerschnitzel, Soße a,c,g,2,5,6 Blumenkohlgemüse g Salzkartoffeln i Aprikosenquarkdessert g,1	Geflügelleberragout, Soße a,g Blumenkohlgemüse g Kartoffelpüree g Aprikosenquarkdessert g,1	Geflügelleberragout, Soße a,g Blumenkohlgemüse g Kartoffelpüree g Aprikosenquarkdessert g,1	Seelachs Tomate ged., Soße a,d,g Mischgemüse bunt g Salzkartoffeln i Aprikosenquarkdessert g,1
	349 kcal 2.50 BE KH 29.90 g	468 kcal 2.12 BE KH 25.36 g	459 kcal 3.57 BE KH 42.80 g	459 kcal 3.57 BE KH 42.80 g	312 kcal 2.13 BE KH 25.55 g
Mittwoch 12.04.23	Zwickauer Brühlette a,3,4,7 Paprikaletscho a,7 Bratkartoffeln i,7,9 Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1	Hähnchenbrustgulasch, Soße g 2 Knödelscheiben a Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1	Milchreis g 1 Zucker & Zimt Portion Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1	Milchreis g 1 Zucker & Zimt Portion Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1	Zwickauer Brühlette a,3,4,7 Paprikaletscho a,7 Bratkartoffeln i,7,9 Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1
	552 kcal 5.25 BE KH 63.13 g	378 kcal 3.28 BE KH 39.37 g	663 kcal 8.84 BE KH 106.13 g	663 kcal 8.84 BE KH 106.13 g	485 kcal 4.31 BE KH 51.77 g
Donnerstag 13.04.23	Wellfleisch, Majoransoße a,g Sauerkrautgemüse g,j,i,4,7 2 Kartoffelklöße 6 Pfirsichwürfelkompott 1	Kartoffelsuppe mit Schnippelwurst i,j,i,4,9 1 Mischbrotscheibe a Pfirsichwürfelkompott 1	2 Hefeknodel a,c,g Vanillepuddingsuppe g mit Erdbeersoße Pfirsichwürfelkompott 1	T 3 Eierkuchen a,c,g Vanillepuddingsuppe g mit Erdbeersoße Pfirsichwürfelkompott 1	Wellfleisch, Majoransoße a,g Sauerkrautgemüse g,j,i,4,7 2 Kartoffelklöße 6 Pfirsichwürfelkompott 1
	725 kcal 4.98 BE KH 60.03 g	510 kcal 5.99 BE KH 72.16 g	659 kcal 8.45 BE KH 101.60 g	578 kcal 5.26 BE KH 63.32 g	599 kcal 3.58 BE KH 43.11 g
Freitag 14.04.23	1 Mariniert Hering c,d,g,j,1,3,4 Salzkartoffeln extra i Götterspeise Waldm., Vanillesoße g	Schweinegulasch, Soße a,j Kaisergemüse g Butterspirelli farbig a,g Götterspeise Waldm., Vanillesoße g	Geflügelhackbraten, Soße a,c,g Kaisergemüse g Kartoffelpüree g Götterspeise Waldm., Vanillesoße g	T Frikadellen, Soße a,c,g,i,j Kartoffelpüree g Kaisergemüse g Götterspeise Waldm., Vanillesoße g	1 Mariniert Hering c,d,g,j,1,3,4 Salzkartoffeln extra i Götterspeise Waldm., Vanillesoße g
	852 kcal 4.72 BE KH 56.49 g	564 kcal 4.93 BE KH 59.34 g	509 kcal 4.64 BE KH 55.70 g	454 kcal 4.72 BE KH 53.23 g	692 kcal 3.83 BE KH 45.83 g
Samstag 15.04.23	Frikadelle, Paprikasoße a,c,f,g,i,j Mischgemüse bunt g Kartoffelpüree g Joghurtdessert Aprikose g,1	Frikadelle, Paprikasoße a,c,f,g,i,j Mischgemüse bunt g Salzkartoffeln i Joghurtdessert Aprikose g,1	Buchstaben-Nudeleintopf mit Geflügelfleisch a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1	Buchstaben-Nudeleintopf mit Geflügelfleisch a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1	Frikadelle, Pilzsoße a,c,e,f,g,i,2,5 Mischgemüse bunt g Kartoffelpüree g,i,4 Joghurtdessert Aprikose g,1
	582 kcal 4.18 BE KH 50.21 g	520 kcal 3.33 BE KH 39.92 g	480 kcal 5.85 BE KH 69.93 g	480 kcal 5.85 BE KH 69.93 g	485 kcal 3.46 BE KH 41.79 g
Sonntag 16.04.23	Putenbrustbraten, Soße a,g,i Rotkohlgemüse 7 2 Grüne Klöße 3,6 Süßkirschenkompott 1,2	Putenbrustbraten, Soße a,g,i Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln i Süßkirschenkompott 1,2	Rindsgeschnetzeltes, Soße a,j Karottenscheibengemüse g Salzkartoffeln i Süßkirschenkompott 1,2	Rindsgeschnetzeltes, Soße a,j Karottenscheibengemüse g Salzkartoffeln i Süßkirschenkompott 1,2	Putenbrustbraten, Soße a,g,i Rotkohlgemüse 7 2 Grüne Klöße 3,6 Süßkirschenkompott 1,2
	405 kcal 4.41 BE KH 52.98 g	376 kcal 3.92 BE KH 46.94 g	414 kcal 4.05 BE KH 48.65 g	414 kcal 4.05 BE KH 48.65 g	319 kcal 3.43 BE KH 41.09 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 16 VOM 17.04.2023 - 23.04.2023

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
Montag 17.04.23	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 i Himbeerkefirdessert g 578 kcal 4.21 BE KH 50.25 g	Rührei c,g Rahmspinat g Salzkartoffeln i Himbeerkefirdessert g 529 kcal 3.33 BE KH 39.60 g	Rührei c,g Rahmspinat g Salzkartoffeln i 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 18.04.23	Putensteak, Paprikasoße a,f,g,i Buntes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Vanillequark mit Ananas g,1,5 479 kcal 3.78 BE KH 45.30 g	Waldpilzragout a,g Butterspätzle a,c,g Reibekäse g Vanillequark mit Ananas g,1,5 595 kcal 4.85 BE KH 58.76 g	2 Kochklops, Kräutersoße a,g,9 Mischgemüse Fitness g Salzkartoffeln i Vanillequark mit Ananas g,1,5 501 kcal 3.21 BE KH 38.26 g	Hähnchenbruststeak, Soße a,g Kräuterkarottengemüse g Kartoffelpüree g,i,4 Vanillequark mit Ananas g,1,5 495 kcal 3.64 BE KH 43.82 g	Putensteak, Paprikasoße a,f,g,i Buntes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Vanillequark mit Ananas g,1,5 418 kcal 3.08 BE KH 36.94 g
Mittwoch 19.04.23	Kräuterquark mit Zwiebel g,m Leberwurst und 2 Stk. Butter g Salzkartoffeln extra i 1 Banane 627 kcal 4.31 BE KH 51.35 g	Weißer Bohneneintopf mit Kaßlerfleisch a,f,i,1,3,4 Erdbeerpudding, Kakaosoße g 488 kcal 5.58 BE KH 66.89 g	Hähnchenbruststeak, Soße a,g Kräuterkarottengemüse g Kartoffelpüree g Erdbeerpudding, Kakaosoße g 511 kcal 4.53 BE KH 54.48 g	T Frikadellen, Soße a,c,g,i,j Mischgemüse Fitness g Kartoffelpüree g,i,4 Erdbeerpudding, Kakaosoße g 500 kcal 5.05 BE KH 56.85 g	Kräuterquark mit Zwiebel g,m Leberwurst und 1 Stk. Butter g Salzkartoffeln extra i 1 Banane 473 kcal 3.81 BE KH 45.48 g
Donnerstag 20.04.23	1 Hähnchenkeule, Soße a,g Rotkohlgemüse 7 2 Kartoffelklöße 6 Rhabarber, Vanillesoße g 666 kcal 4.27 BE KH 51.49 g	Hackfleischrolle, Soße a,f,g,i,5,9 Buttererbsen g Salzkartoffeln i Rhabarber, Vanillesoße g 577 kcal 3.72 BE KH 44.60 g	Grießbrei a,g,1,5 1 Zucker & Zimt Portion Rhabarber, Vanillesoße g 446 kcal 4.58 BE KH 54.71 g	Grießbrei a,g,1,5 1 Zucker & Zimt Portion Rhabarber, Vanillesoße g 446 kcal 4.58 BE KH 54.71 g	1 Hähnchenkeule, Soße a,g Rotkohlgemüse 7 2 Kartoffelklöße 6 Rhabarber, Vanillesoße g 594 kcal 3.19 BE KH 38.38 g
Freitag 21.04.23	Milchreis mit Butter g 1 Zucker & Zimt Portion Süßkirschenkompott 1,2 741 kcal 9.76 BE KH 116.87 g	Weißkrautgulasch, Soße a,j 2 Knödelscheiben a Süßkirschenkompott 1,2 514 kcal 4.51 BE KH 54.17 g	Putengeschnetzeltes, Soße a,g,i Balkangemüse g Butterreis g Süßkirschenkompott 1,2 627 kcal 5.34 BE KH 64.20 g	T Hähnchensteak, Soße c,g Balkangemüse g Reisbrei g,1,5 Süßkirschenkompott 1,2 733 kcal 5.99 BE KH 71.71 g	Milchreis mit Butter g 1 Zucker & Zimt Portion Süßkirschenkompott 1,2 671 kcal 8.85 BE KH 105.99 g
Samstag 22.04.23	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 23.04.23	Burgunderbraten, Soße a,i,j,3,7,9 Rotkohlgemüse 7 2 Grüne Klöße 3,6 Birnenwürfelkompott 470 kcal 3.95 BE KH 47.63 g	Burgunderbraten, Soße a,i,j,3,7,9 Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln i Birnenwürfelkompott 441 kcal 3.46 BE KH 41.59 g	Rindfleischfrikadelle, Soße a,c,g,i,j Kaisergemüse g Salzkartoffeln i Birnenwürfelkompott 489 kcal 3.80 BE KH 45.68 g	T Schweinebraten, Soße a,c Kaisergemüse g Salzkartoffeln i 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 372 kcal 2.88 BE KH 34.65 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