

BESTELLWOCHE 23 VOM 05.06.2023 - 11.06.2023

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
Montag 05.06.23	Geflügelfleisch Bolognese Art a Reibekäse g kurze Spaghetti a,c,g Traubenkompott	Backfisch Zitronensoße a,c,d,g,j Kräuterjulienengemüse g Salzkartoffeln i Traubenkompott	Kaiserschmarrn mit Rosinen a,c,f,g,h Vanillepuddingsuppe g Traubenkompott	Kaiserschmarrn mit Rosinen a,c,f,g,h Vanillepuddingsuppe g Traubenkompott	Geflügelfleisch Bolognese Art a Reibekäse g kurze Spaghetti a,c,g Traubenkompott
	609 kcal 6.03 BE KH 72.22 g	407 kcal 4.01 BE KH 48.02 g	751 kcal 8.47 BE KH 101.84 g	751 kcal 8.47 BE KH 101.84 g	511 kcal 5.00 BE KH 59.94 g
Dienstag 06.06.23	Putensteak, Paprikasoße a,f,g,i Buntes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Vanillequark mit Ananas g,1,5	Waldpilzragout a,g Butterspätzle a,c,g Reibekäse g Vanillequark mit Ananas g,1,5	2 Kochklops, Kräutersoße a,g,9 Mischgemüse Fitness g Salzkartoffeln i Vanillequark mit Ananas g,1,5	Hähnchenbruststeak, Soße a,g Kräuterkarottengemüse g Kartoffelpüree g,i,4 Vanillequark mit Ananas g,1,5	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	595 kcal 4.85 BE KH 58.76 g	501 kcal 3.21 BE KH 38.26 g	495 kcal 3.64 BE KH 43.82 g	418 kcal 3.08 BE KH 36.94 g
Mittwoch 07.06.23	Kräuterquark mit Zwiebel g,m Leberwurst und 2 Stk. Butter g Salzkartoffeln extra i 1 Banane	Weißkrautgulasch, Soße a,j 2 Knödelscheiben a Schokopudding, Vanillesoße g	Hähnchenbruststeak, Soße a,g Kräuterkarottengemüse g Kartoffelpüree g Schokopudding, Vanillesoße g	T Frikadellen, Soße a,c,g,i,j Mischgemüse Fitness g Kartoffelpüree g,i,4	Kräuterquark mit Zwiebel g,m Leberwurst und 1 Stk. Butter g Salzkartoffeln extra i 1 Banane
	627 kcal 4.31 BE KH 51.35 g	504 kcal 3.64 BE KH 43.79 g	482 kcal 3.77 BE KH 45.50 g	397 kcal 3.57 BE KH 39.21 g	473 kcal 3.81 BE KH 45.48 g
Donnerstag 08.06.23	1 Hähnchenkeule, Soße a,g Asiagemüesoße süß-sauer a,b,f,i Butterreis g Rhabarber, Vanillesoße g	Hackfleischrolle, Soße a,f,g,i,5,9 Buttererbsen g Salzkartoffeln i Rhabarber, Vanillesoße g	Grießbrei a,g,1,5 1 Zucker & Zimt Portion Rhabarber, Vanillesoße g	Grießbrei a,g,1,5 1 Zucker & Zimt Portion Rhabarber, Vanillesoße g	1 Hähnchenkeule, Soße a,g Asiagemüesoße süß-sauer a,b,f,i Butterreis g Rhabarber, Vanillesoße g
	749 kcal 5.31 BE KH 63.96 g	577 kcal 3.72 BE KH 44.60 g	446 kcal 4.58 BE KH 54.71 g	446 kcal 4.58 BE KH 54.71 g	709 kcal 4.75 BE KH 57.11 g
Freitag 09.06.23	Schweine Cordon Bleu, Soße a,g,3,4 Balkangemüse g Bratkartoffeln g,i,7 Grießflammerie, Kakaosoße a,g,5	Kartoffelsuppe mit Truthahnfleischwurst f,g,i,1,3,4,7,9 1 Mischbrotscheibe a Grießflammerie, Kakaosoße a,g,5	Mediterranes Grill Pfannengemüse g,m Basilikumsoße a,g Butter-Wellenbandnudeln a,c,g Grießflammerie, Kakaosoße a,g,5	Mediterranes Grill-Pfannengemüse mit Basilikumsoße Bandnudeln Grießflammerie, Kakaosoße a,g,5	Schweine Cordon Bleu, Soße a,g,3,4 Balkangemüse g Bratkartoffeln g,i,7 Grießflammerie, Kakaosoße a,g,5
	777 kcal 5.74 BE KH 69.07 g	501 kcal 5.83 BE KH 70.14 g	353 kcal 4.01 BE KH 48.02 g	106 kcal 1.45 BE KH 17.35 g	704 kcal 4.91 BE KH 58.93 g
Samstag 10.06.23	Soljankaeintopf mit Sauerkraut und Wurst a,g,i,j,1,4,5,9 Weißbrotscheibe,einzeln a,g Joghurtdessert Heidelbeer g,1	Sternchennudeleintopf mit Geflügelfleisch a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1	Sternchennudeleintopf mit Geflügelfleisch a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1	Sternchennudeleintopf mit Geflügelfleisch a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1	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	480 kcal 5.80 BE KH 69.88 g	480 kcal 5.80 BE KH 69.88 g	480 kcal 5.80 BE KH 69.88 g	479 kcal 3.42 BE KH 40.79 g
Sonntag 11.06.23	Burgunderbraten, Soße a,i,j,1,3,7,9 Rotkohlgemüse 7 2 Grüne Klöße 6 Birnenwürfelkompott	Burgunderbraten, Soße a,i,j,1,3,7,9 Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln i Birnenwürfelkompott	Rindfleischfrikadelle, Soße a,c,g,i,j Kaisergemüse g Salzkartoffeln i Birnenwürfelkompott	T Schweinebraten, Soße a,c Kaisergemüse g Salzkartoffeln i Birnenwürfelkompott	Burgunderbraten, Soße a,i,j,1,3,7,9 Rotkohlgemüse 7 2 Grüne Klöße 3,6 Birnenwürfelkompott
	345 kcal 2.02 BE KH 24.41 g	426 kcal 3.48 BE KH 41.80 g	489 kcal 3.80 BE KH 45.68 g	391 kcal 3.60 BE KH 39.30 g	360 kcal 2.89 BE KH 34.83 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 24 VOM 12.06.2023 - 18.06.2023

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
Montag 12.06.23	Hähnchenschnitzel, Soße a Blumenkohlgemüse g Salzkartoffeln i Apfelmusdessert 4	Pangasius ged., Soße a,d,g Broccoligemüse g Butterreis g Apfelmusdessert 4	Rindfleischragout, Soße a,g,i,j Butter-Hörnchennudeln a,c,g Apfelmusdessert 4	Rindfleischragout, Soße a,g,i,j Butter-Hörnchennudeln a,c,g Apfelmusdessert 4	Hähnchenschnitzel, Soße a Blumenkohlgemüse g Salzkartoffeln i Apfelmusdessert 4
	437 kcal 3.49 BE KH 41.52 g	535 kcal 4.81 BE KH 57.87 g	417 kcal 3.60 BE KH 43.00 g	417 kcal 3.60 BE KH 43.00 g	381 kcal 2.99 BE KH 35.52 g
Dienstag 13.06.23	Wirsingkohlroulade, Soße a,c,g,j,2,5 Rot-gelbes Karottengemüse g Salzkartoffeln i Aprikosenquarkdessert g,1	Brechbohneintopf mit Rindfleisch und Kartoffelwürfel a,f,i 1 Mischbrotscheibe a Aprikosenquarkdessert g,1	Schweinesteak, Rahmsoße a,e,f,g,i,j Butterbohngemüse g Salzkartoffeln i Aprikosenquarkdessert g,1	T Frikadellen, Soße a,c,g,i,j Butterbohngemüse g Salzkartoffeln i Aprikosenquarkdessert g,1	Wirsingkohlroulade, Soße a,c,g,j,2,5 Rot-gelbes Karottengemüse g Salzkartoffeln i Aprikosenquarkdessert g,1
	395 kcal 3.14 BE KH 37.55 g	401 kcal 3.99 BE KH 47.63 g	431 kcal 2.47 BE KH 29.54 g	390 kcal 2.87 BE KH 30.77 g	363 kcal 2.84 BE KH 33.96 g
Mittwoch 14.06.23	Seelachs geb., Senftunke a,c,d,g,j Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln i Erdbeerkaltschale	Wildmischgulasch, Pilzsoße a,f,j Rotkohlgemüse 7 2 Knödelscheiben a Erdbeerkaltschale	3 Knödel, Schokocreme a,h Vanillepuddingsuppe g Erdbeerkaltschale	T 3 Eierkuchen a,c,g Vanillepuddingsuppe g 2 Zuckerportionen Erdbeerkaltschale	Seelachs geb., Senftunke a,c,d,g,j Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln i Erdbeerkaltschale
	508 kcal 4.12 BE KH 49.25 g	455 kcal 4.06 BE KH 49.12 g	849 kcal 7.77 BE KH 93.34 g	519 kcal 4.14 BE KH 49.91 g	428 kcal 3.45 BE KH 41.10 g
Donnerstag 15.06.23	Schweinesahnebraten a,g,j,3,4 Bayrisch-Kraut 7 2 Kartoffelklöße Erdbeerkaltschale	Lachswürfel, Kräutersoße a,c,d,g Buntes Karottengemüse g Spinatnudel a,c,g Vanillecremedessert g	Hähnchengeschnetzel., Currysoße a,c,g,i Buntes Karottengemüse g Butterspätzle a,c,g Vanillecremedessert g	T Hähnchensteak, Soße c,g Buntes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Vanillecremedessert g	Schweinesahnebraten a,g,j,3,4 Bayrisch-Kraut 7 2 Kartoffelklöße 6 Erdbeerkaltschale
	848 kcal 10.18 BE KH 122.30 g	506 kcal 2.76 BE KH 32.90 g	683 kcal 5.24 BE KH 62.55 g	535 kcal 3.84 BE KH 45.80 g	455 kcal 3.14 BE KH 37.88 g
Freitag 16.06.23	Currywurst, Ketchupsoße a,i,j Bratkartoffeln i,7 Bohnensalat mit Dill 1	Geflügelfrikassee' g,4 Buttererbsen g Butterreis g Bohnensalat mit Dill 1	Rührei c,g Rahmspinat g Salzkartoffeln i Bohnensalat mit Dill 1	Rührei c,g Rahmspinat g Salzkartoffeln i Bohnensalat mit Dill 1	Currywurst, Ketchupsoße a,i,j Bratkartoffeln i,7 Bohnensalat mit Dill 1
	626 kcal 3.63 BE KH 43.84 g	529 kcal 4.48 BE KH 53.98 g	458 kcal 2.25 BE KH 26.77 g	458 kcal 2.25 BE KH 26.77 g	584 kcal 3.13 BE KH 37.76 g
Samstag 17.06.23	Kartoffel-Champignoneintopf, mit Rindfleisch a,f,i,7 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1	Suppengemüseintopf mit Rindfleisch a,f,i,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1	Suppengemüseintopf mit Rindfleisch a,f,i,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1	Suppengemüseintopf mit Rindfleisch a,f,i,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1	Kartoffel-Champignoneintopf, mit Rindfleisch a,f,i,7 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1
	400 kcal 3.65 BE KH 44.33 g	395 kcal 4.50 BE KH 54.28 g	395 kcal 4.50 BE KH 54.28 g	395 kcal 4.50 BE KH 54.28 g	319 kcal 2.62 BE KH 31.90 g
Sonntag 18.06.23	Schweineroulade, Soße a,i,j Spargel - Bohnengemüse c,g 2 Grüne Klöße 6 Pflaumenkompott	Schweineroulade, Soße a,i,j Spargel - Bohnengemüse c,g Salzkartoffeln i Pflaumenkompott	Putengeschnetzeltes, Soße a,g,i Schwarzwurzelgemüse g Salzkartoffeln i Pflaumenkompott	T Hähnchengulasch, Soße c,g Schwarzwurzelgemüse g Kartoffelpüree g Pflaumenkompott	Schweineroulade, Soße a,i,j Spargel - Bohnengemüse c,g 2 Grüne Klöße 3,6 Pflaumenkompott
	383 kcal 2.59 BE KH 31.07 g	464 kcal 4.05 BE KH 48.46 g	472 kcal 3.46 BE KH 41.35 g	427 kcal 4.23 BE KH 50.75 g	430 kcal 3.54 BE KH 42.54 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