



Campus Freudenberg

Ihr Speiseplan für die Woche 38 vom 20.09.2021 bis zum 26.09.2021.

Montag	BLUMENKOHL- KARTOFFEL- AUFLAUF** mit Käse überbacken	2 HÄHNCHEN- BRUSTFILETS* Kohlrabi in Milch Salzkartoffeln
Dienstag	PASTA MISTA** (vegetarisch gefüllt) Tomatensauce Caprese Farmersalat	4 KÖNIGSBERGER KLOPSE* (Rindfleisch) in Kapernsauce Salzkartoffeln Rote Beete
Mittwoch	CANNELLONI** (vegetarisch gefüllt) in Tomatensauce mit Käse überbacken	RINDERGULASCH* Nudeln Apfelmus
Donnerstag	HÄHNCHEN- FILETSTREIFEN* in Barbecuesauce Mais Vollkornreis	SPIRELLI** Florentiner Sauce fein geraspelter Krautsalat
Freitag	4 REIBEKUCHEN** mit Apfelmus	FISCH-CURRY* (Seelachsfilet) mit Lauch und Apfelstreifen Reis

* = Gerichte ohne Schweinefleisch

** = vegetarische Gerichte

Montag: BLUMENKOHL- KARTOFFEL- AUFLAUF mit Käse überbacken****Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

Eier und Eierzeugnisse: Ja
Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose): Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	2468,72 kJ
Energie (Kilokalorien):	587,85 kcal
Fett:	26,77 g
davon gesättigte Fettsäuren:	10,07 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	62,19 g
davon Zucker:	11,38 g
Eiweiß (Protein):	22,68 g
Gesamt-Kochsalz:	4,41 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

Montag: 2 HÄHNCHEN- BRUSTFILETS* Kohlrabi in Milch Salzkartoffeln**Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose): Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1566,97 kJ
Energie (Kilokalorien):	371,21 kcal
Fett:	5,73 g
davon gesättigte Fettsäuren:	3,04 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	44,79 g
davon Zucker:	9,75 g
Eiweiß (Protein):	33,33 g
Gesamt-Kochsalz:	4,61 g

Enthaltene Zusatzstoffe: