

Speiseplan Woche 1

Änderungen vorbehalten!

♥ cholesterinarm	1	Mittagessen		Die Zusatzstoffe und Allergene finden Sie an der Informationstafel vor dem Speisesaal.	
		Menü 1	Menü 2		
Montag	Suppe Seelachs "Helgoländer Art" mit Kartoffeln Salat Fruchtjoghurt	390 kcal ♥	Suppe Hausgemachte Kartoffel-Zwiebel-Röstis auf Kokos-Curry-Gemüse Salat Fruchtjoghurt	280 kcal ♥	<p>Falls Sie kalorienreduziert essen möchten, orientieren Sie sich bitte an bis zu 500 Kalorien (kcal) pro Hauptgericht.</p> <p>Achtung: Suppe und Nachspeise sind in der Kalorienberechnung nicht mit einbezogen! Diese Information entnehmen Sie bitte der Kalorientabelle!</p> <p><u>Abendbuffet</u></p> <p>Abends servieren wir Ihnen ein reichhaltiges Wurst- und Käsebuffet mit frischem Salat und Brot.</p> <p>Um das Abendbuffet abwechslungsreich zu gestalten, bereiten wir täglich verschiedene Speisen für Sie zu.</p>
Dienstag	Suppe Putenschnitzel mit Estragonsauce, Mais, Erbsen und Naturreis Salat Pudding mit Vanillegeschmack	490 kcal ♥	Suppe Käsespätzle mit Röstzwiebeln Salat Pudding mit Vanillegeschmack	680 kcal ♥	
Mittwoch	Suppe Rinderrahmgulasch mit Nudeln Salat Apfeldessert mit Kirschen	520 kcal ♥	Suppe Griechische Pfanne mit Naturreis und Hirtenkäse Salat Apfeldessert mit Kirschen	330 kcal ♥	
Donnerstag	Suppe Hähnchenkeule mit Paprikasauce und Gemüsereis Salat Buttermilch-Mix	520 kcal ♥	Suppe Bunter Kartoffel-Gemüse-Auflauf mit Käsesauce Salat Buttermilch-Mix	500 kcal ♥	
Freitag	Suppe Seelachs im Backteig mit Zitrone und Kartoffelsalat Salat Reisdessert mit Aprikosen	750 kcal ♥	Suppe Gefüllte Zucchini mit Käsekruste, Gemüse-Couscous, Pfeffersauce und Kartoffelpüree mit geröstetem Sesam Salat Reisdessert mit Aprikosen	495 kcal ♥	
Samstag	Suppe Schinkennudeln mit Tomatensauce Salat Quarkspeise mit Sauerkirschen	520 kcal ♥	Suppe Bunter Bohneneintopf mit Kartoffeln, Brötchen oder Brot Salat Quarkspeise mit Sauerkirschen	320 kcal ♥	
Sonntag	Suppe Rinderroulade mit Rosenkohl und Kloß Salat frisches Obst	570 kcal ♥	Suppe Fränkische Semmelknödel mit Pilzrahmsauce Salat frisches Obst	500 kcal ♥	
Unsere Gerichte werden stets frisch, auch aus regionalen Produkten, unter Beachtung von gesunder, vitaminreicher, ausgewogener und cholesterinbewusster Ernährung, nach fränkischer und mediterraner Art zubereitet.				Wählen Sie öfter ein Gericht mit vollwertigen Getreide: Vollkornnudeln, Naturreis, Grünkern (Dinkel), Hülsenfrüchten (Linsen, Bohnen, Erbsen) oder Kartoffeln.	