

Speiseplan vom 29.07.2024 bis 04.08.2024

Tag	Vegetarisch	kcal	Z / A	Vollkost	kcal	Z / A	Leichte Vollkost	kcal	Z / A
Montag	Kaiserschmarrn mit Vanillesauce dazu Apfelkompott	545 129 82	A,A1,B,D, H B,H 2	Chili con Carne mit Langkornreis und einem grünen Salat	162 277 20	2,12,13, M	Veggie Klöße mit Dillsauce dazu buntes Möhregemüse	281 79 71	G B,H
Dienstag	Kartoffel-Gemüse-Auflauf mit Eisbergsalat	352 20	B,H,J,12 M,2,12,13	paniertes Schweineschnitzel mit Paprikasauce dazu Salzkartoffeln und ein Wachsbrechbohnsalat	208 54 89 19	A,A1,D,K B,H 4	Gemüseintopf mit einem mini Kaiserbrötchen	192 86	A,A1,A4,A5
Mittwoch	grüne Gemüsetortellini mit Gorgonzolasauce und einem Tomatensalat	368 197 88	A,A1,J B,D,H 2,13,M	Eintopf von dreierlei Bohnen mit Rauchfleisch dazu ein Suppenbrötchen	160 86	1,2,j A5	Hühnchgeschnetzeltes in Pfirsichsauce dazu Langkornreis und Eisbergsalat	166 154 20	B,H 2,12,13,M
Donnerstag	Ofenkartoffel Sauerrahm dazu Ratatouillegemüse	175 134 55	B,H	Gemüseburger- Bratling italienischem Nudelsalat und Aioli	244 332 210	G,J A,A1 B,D,H,K	Rindergulasch Kohlrabi und Spätzle	189 50 204	K A,A1,A2,D
Freitag	Süßkartoffelpfanne mit Gemüse und Erdnüsse dazu ein grüner Salat	440 20	F;G M,2,12,13	Fischfilet "Italiano" mit Vollkornreis und Rahmgurkensalat	208 236 94	B,E,H B,H,1	Rührei Rahmspinat Salzkartoffeln	247 76 89	B,D,H,J B,H
Samstag	vegetarische Spätzle-Gemüsepfanne mit Käsesauce	371 104	A,A1,A2,D 12,B,H	Currywurst mit Currysauce dazu Wedges und ein Farmersalat	290 77 213 132	2,16 A,A1 J,1	Veggie Bällchen in Tomatensauce dazu Knöpfe Blattsalat	298 206 20	A,A1,J,K A,A1,A2,K 2,12,13,M
Sonntag	Kartoffel-Broccoli-Auflauf dazu ein Rohkostsalat	395 9	B,H 4	Rinderroulade mit Bratensauce dazu Wurzelgemüse und Salzkartoffeln	17 163 42 91,89	4 K,1,2 J	Putenbrustbraten mit Basilikumsauce, Salzkartoffeln und einem Tomatensalat	56 66,11 86	16 B,H 2,13,M,89

L: leichte Kost; C: Cholesterinarm; D: Diabetiker; SF: Schweinefleisch frei; R: Reduktion

(1) mit Konservierungsmitteln; (2) mit Antioxidationsmitteln; (3) mit Geschmacksverstärkern; (4) mit Süßungsmitteln; (5) Süßungsmitteln; (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln; (7) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln; (10) enthält eine Phenylalaninquelle; (11) kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken; (12) mit Farbstoff; (13) geschwefelt; (14) gewachst; (15) geschwärzt; (16) mit Phosphat; (19) mit Milcheiweiß; (20) unter Verwendung von Milch; (21) mit Eiklar (22) unter Verwendung von Sahne; (23) mit Pflanzeneiweiß; (24) mit Stärke; (27) Kunststoffüberzug nicht zum Verzehr geeignet; (28) aus Fischstücken zusammengefügt; (29) aus Fleischstücken zusammengefügt; (30) mit z.T. fein zerkleinertem Fleischanteil

Die Angaben 16 bis 24 sind ausschließlich bei Fleischerzeugnissen erforderlich

Das Team der FACT wünscht Ihnen einen guten Appetit!

Name: _____

Portionsgröße: Normal Groß

Alternative : Salatteller der Saison oder Sallatteller der Saison mit Croutons oder Käsestreifen oder gekochtes Ei