

Speiseplan vom 17.03.2025 bis 23.03.2025

Tag	Vegetarisch	kcal	Z / A	Vollkost	kcal	Z / A	Leichte Vollkost	kcal	Z / A
Montag	Kaiserschmarrn dazu Apfelkompott und Vanillesauce	545	A,A1,B,D,H	Drei Mini-Frühlingsrollen mit Gemüsefüllung	135	A,A1,G, L	Rinderfrikadelle	174	A,A1,B,H,D K
		82	2	süß saurer Dipp	104		in Rahmsauce	94	B,H,K
		129	B,H	dazu Gemüsereis und einen Paprika-Mais-Salat	102 83	J	dazu Marktgemüse und Salzkartoffeln	35 89	
Dienstag	Gemüse-Kartoffel-Gulasch dazu ein Röggelchen	200	K A,A1,A4, A5	Bratwurst	290	2,16	Spaghetti	354	A,A1
		162		mit brauner Sauce	42	J	mit Putenbolognaise und Reibekäse	122 47	J 1,B,D,H
				dazu Erbsen- Möhrengemüse und Salzkartoffeln	96 89		dazu einen Eisbergsalat	20	2,12,13, M
Mittwoch	Vollkornnudeln mit Gemüsebolognese	468	A,A1	Gyrospfanne mit Tomatenreis,	321		Graupeneintopf mit Hühnchen	232	A,A5
		96	G,J	Krautsalat und Tzatziki	78 105	B,H	dazu ein Suppenbrötchen	86	A,A1,A4, A5
				Wurstgulasch "ostdeutscher Art"	254	B,H,J,, 1,16	Nudeln	386	A,A1
Donnerstag	Gemüse-Mais- Fritatta mit Sauerrahmdipp und Apfel- Möhren- Rohkost	298	G	Nudeln	386	A,A1	mit Tomaten-Zucchini-gemüse und Reibekäse	47	B,D,H,1
		134	B,H						
		51	1,2,5						
Freitag	Couscous mit frischem Gemüse dazu Tomatensauce und Bohnensalat	455	2,A,A1,G I,11	Sahnehering "Hausfrauenart"	494	B,D,E, H,K	Frikassee vom Hühnchen	175	B,H
		23		Kartoffeln	107		dazu buntes Möhrengemüse und Kräuterreis	71 155	
		83							
Samstag	Vegetarisches Chili dazu Bio Vollkornreis und einen Rahmgurkensalat	163	G	Grünkohleintopf mit Kraukauer und Kassler	231	A,A6,K, 1,2,16	Nudel-Omelette	639	A,A1,B,D, H
		267	B,H,1	dazu ein Suppenbrötchen	86	A,A1,A4, A5	mit Marktgemüse		
		94							
Sonntag	veget. Maultaschenpfanne mit Sauerrahmdipp	515	A,A1,B,D, G,H,J	Ungarisches Rindergulasch	180		Schweinerückenbraten	77	
		134	B,H	dazu Rosenkohl mit Speck und Kartoffelstampf	133 106	B,H,1,2 B,H	mit Bratensauce dazu Blumenkohl und Salzkartoffeln	42 48 89	J

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 Pflanzeiweiß; (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

Telefonische Bestellung unter : 335
oder
Abgabe des Speiseplans wöchentlich beim
Servicepersonal