

Speiseplan vom 15.07.2024 bis 21.07.2024

Tag	Vegetarisch	kcal	Z / A	Vollkost	kcal	Z / A	Leichte Vollkost	kcal	Z / A
Montag	Milchreis mit Zimt und Zucker dazu Kirschgrütze	343 16 58	4,B,H	Couscousbratlinge Sauerrahmdipp Melangegemüse	390 134 121	A,A1,D,K B,H	Putenrahmgeschnetzeltes mit Steckrüben-Möhrengemüse und Salzkartoffeln	193 77 89	A,A1,B,H
Dienstag	Wedges mit Blattspinat und einem Curry Frischkäsedipp	284 120 222	A,A1 B,H B,D,H,K	Gulaschsuppe mit einem Suppenbrötchen	228 86	A,A1,A4, A5	Hähnchenbrust mit Geflügelsauce dazu Kohlrabi und Salzkartoffeln	120 47 50 89	A,A1 A,A1,A4,A5
Mittwoch	Kartoffel-Gemüserösti Gemüsarahmsauce grüner Bohnensalat	315 49 30	A,A6,B,D, H,M,2 B,H,J 1,4	Chili con Carne mit Langkornreis und einem grünen Salat	162 277 20	M	Schweinegeschnetzeltes mit Schwarzwurzeln und Spätzle	184 90 204	B,H,J A,A1,A2,D
Donnerstag	Makkaroni mit Zucchini-Tomatengemüse und Reibekäse	350 74 48	A,A1 1,B,D,H	paniertes Schweineschnitzel mit Champignonrahmsauce dazu Erbsen-Möhrengemüse und Salzkartoffeln	208 81 96 89	A,A1,D,K B,H	vegetarische Königsberger Klopse dazu rote Bete und Salzkartoffeln	326 17 89	A,A1,K,12 4
Freitag	pikantes Süßkartoffelragout und ein grüner Salat	240 81	G 2,12,13,M	Sahneheringstopf "Hausfrauen Art" und Kartoffeln	494 109	B,D,E,H, K	Rührei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln	247 76 89	B,D,H,J B,H
Samstag	Käsespätzle mit Röstzwiebeln Rahmgurkensalat	579 94	A,A6,B,D, H,M,2 B,H	zwei Bifteki mit Paprikasauce und Langkornreis bunter Bohnensalat	195 54 78	A,A1,B,D ,H,J,K	Hühnersuppentopf mit Reismudeln dazu ein Suppenbrötchen	228 86	A,A1 A,A1,A4,A5
Sonntag	Lasagne "Procencale" dazu Rohkostsalat	452 27	A,A1,B,D, H,12 4	Schweinerückenbraten in Bratensauce dazu Schwedengemüse und Salzkartoffeln	77 42 52 89	J	Putenmedaillon in Tomaten-Basilikumsauce dazu Langkornreis und Blattsalat	119 154 20	M,2,12,23

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

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