

13-15.06.2022	Montag 1293 KCAL	Dienstag 1266 KCAL	Mittwoch 1288 KCAL	Donnerstag	Freitag
<b>Frühstück</b>	<b>Kakao auf Milch 0,200</b> <b>Mischbrot 0,040</b> <b>Butter 0,010</b> <b>Marmelade 0,010</b> <b>Schweinefleisch 0,010</b> <b>Frisches Gemüse 0,020</b> <b>Gelber Käse 0,010</b> <b>Mozzarella Kugeln 0,010</b> <b>Früchtetee ohne Zucker 0,200</b>	<b>Mischbrot 0,040</b> <b>Butter 0,010</b> <b>Spiegelei 0,010</b> <b>Geflügelwurst 0,010</b> <b>Frisches Gemüse 0,020</b> <b>Früchtetee ohne Zucker 0,200</b>	<b>Maisbrei auf Milch 0,200</b> <b>Roggenbrot mit Sonnenblumen 0,040</b> <b>Butter 0,010</b> <b>Hüttenkäse mit Schnittlauch 0,010</b> <b>Schweinefleisch 0,020</b> <b>Gelber Käse 0,010</b> <b>Frisches Gemüse 0,020</b> <b>Früchtetee ohne Zucker 0,200</b>		
<b>Zweites Frühstück</b>	<b>Buntes Obst 0,100</b>	<b>Buntes Obst 0,100</b>	<b>Buntes Obst 0,100</b>		
<b>Suppe</b>	<b>Sauerampfersuppe mit Ei 0,250</b>	<b>Tomatensuppe mit Reis 0,250</b>	<b>Junge Rübenblättersuppe mit Kartoffeln 0,250</b>		
<b>Hauptgericht</b>	<b>Schweineschinken-Stückchen in eigener Soße 0,070</b> <b>Salat, Radieschen mit Joghurt</b> <b>Gerstengrieß 0,100</b>	<b>Gerösteter Hähnchenstab 0,070</b> <b>Gurkensalat mit Joghurt</b> <b>Kartoffelpüree 0,100</b> <b>Kompott ohne Zucker 0,200</b>	<b>Putenbällchen mit Ofengemüse in Dillsoße 0,100</b> <b>Gedämpfter Basmatireis 0,100</b> <b>Kompott ohne Zucker 0,200</b>		
<b>Vesper</b>	<b>Erdbeer-Smoothie auf Joghurt mit Haferkeksen 0,100</b>	<b>Obstkuchen ohne Zucker 0,100</b>	<b>Fitnessbrötchen mit Schweinekotelett (selbst gemacht) + salzige Gurke 0,100</b>		