

07-10.11.2022	Montag 1316 KCAL	Dienstag 1302 KCAL	Mittwoch 1288 KCAL	Donnerstag 1312 KCAL
FRÜHSTÜCK	Baguette 0,020 Butter 0,010 Gekochter Schweineschinken 0,010 gelber Käse 0,020 Thunfischpaste 0,010 Frisches Gemüse 0,020 Früchtetee ohne Zucker 0,200	Mischbrot 0,040 Butter 0,010 Putenfilet 0,010 Gelber Käse 0,010 Brathähnchenpaste 0,010 Frisches Gemüse 0,020 Früchtetee ohne Zucker 0,200	Mischbrot 0,040 Butter 0,010 Ei mit Mayonnaise 0,020 Schweinefleisch (Filet) 0,010 Gelber Käse 0,010 Frisches Gemüse 0,020 Früchtetee ohne Zucker 0,200	Cornflakes auf pflanzlicher Mandelmilch 0,200 Mischbrot 0,040 Butter 0,010 Schweinefleisch 0,010 Quarkpaste mit Rettich 0,010 Gelber Käse 0,010 Frisches Gemüse 0,020 Früchtetee ohne Zucker 0,200
ZWEITES FRÜHSTÜCK	buntes Obst 0,100	buntes Obst 0,100	buntes Obst 0,100	buntes Obst 0,100
SUPPE	Tomatensuppe mit Nudeln 0,250 ml	Brokkolisuppe mit Dill 0,250 ml	Gemüsesuppe mit Kartoffeln 0,250 ml	Brühe mit Nudeln 0,250 ml
HAUPTGERICHT	Kotelett 0,070 Rote Beete warm 0,100 Kartoffeln geröstet 0,100	Bohnenbällchen 0,100 Dill-Sauce Gerstengrieß 0,100 Krautsalat aus Rettich, Gurke und Sahne 0,100	Lasagne ala Bolognese mit frischen Tomaten und Käse 0,200	Gebratener Reis mit Gemüse und Ei 0,200
VESPER	Obstsalat 0,050 Kekse	Karottenkuchen mit Kardamom 0,050	Frucht Smoothie 0,050 Kekse	Bratapfel mit Honig 0,050