

19-23.12.2022	Montag 1286 KCAL	Dienstag 1302 KCAL	Mittwoch 1294 KCAL	Donnerstag 13110 KCAL	Freitag 1301 KCAL
FRÜHSTÜCK	Cornflakes auf Milch 0,200 Mischbrot 0,040 Butter 0,010 Thunfischpaste 0,010 gelber Käse Schweineschinken 0,010 Gemüse 0,020	Mischbrot 0,040 Butter 0,010 gelber Käse 0,010 Lende 0,010 Würstchen 0,020 Gemüse 0,20	Brot mit Körnern 0,040 Butter 0,010 Geflügelschinken 0,010 Eipaste mit Schnittlauch 0,010 gelber Käse 0,010 Gemüse 0,020	Mischbrot 0,040 Butter 0,010 Geflügelpastete 0,010 -Pflaumenkonfitüre 0,010 Gemüse 0,020	Kakao 0,200 Breslauer Brötchen 0,040 Butter 0,010 Honig 0,010 Hüttenkäse mit Radieschen 0,010 Putenbrustfilet 0,010 Gemüse 0,020
ZWEITES FRÜHSTÜCK	Buntes Obst 0,100	Buntes Obst 0,100	Buntes Obst 0,100	Buntes Obst 0,100	Buntes Obst 0,100
SUPPE	Karottencremesuppe mit Orange  0,250 ml	Tomatensuppe mit Orzo- Nudeln 0,250 ml	Brühe mit Nudeln 0,250 ml	Reissuppe mit Gemüse 0,250 ml	Cremesuppe aus Gemüse und Erbsen 0,250 ml
HAUPTGERICHT	Knödel mit Fleisch und Reibekuchen 0,200 Salat 0,100	Hähnchenbrustschnitzel 0,070 Gebratene Kartoffeln 0,100 Gurkensalat 0,100	Quarkklösse mit Butter 0,200 Salat 0,100	Spaghetti ala Bolognese 0,200	Kabeljaufilet 0,070 Kartoffelpüree 0,100 Butterbohnen 0,100
VESPER	Fruchtmousse mit Biskuit 0,150	Hefekuchen 0,050	Fitnessbrötchen mit gebratenem Schweinerücken und Essiggurke 0,050	Schokoladenpudding 0,100 Früchte 0,050 Cracker	