

# Speiseplan Woche 1

	KLASSISCH & NEU GEDACHT	GUT BEKÖMMLICH	VEGETARISCH
Montag	Karottencremesuppe Hühnerfrikasse, Sommergemüse, Reis Schokopudding	Karottencremesuppe Mediterraner Kartoffelauflauf mit Salat Schokopudding	Karottencremesuppe Veganes Schnitzel mit Tomaten-Kräuterreis und Salat Schokopudding
Dienstag	Spargelcremesuppe Linsenbolognese, Vollkornnuheln und Salat Froop Kirsch	Spargelcremesuppe Rinderbraten mit Soße, Kaisergemüse und Kartoffeln Froop Kirsch	Spargelcremesuppe Orientalische Couscous-Pfanne mit Kräuterquark Froop Kirsch
Mittwoch	Tomatencremesuppe Eiergout, Kartoffeln und Salat Vanillepudding	Tomatencremesuppe Hacksteak mit Bunt Gemüse und Kartoffelpüree Vanillepudding	Tomatencremesuppe Vegane Maultaschen in Gemüserahmsoße und Salat Vanillepudding
Donnerstag	Geflügelcremesuppe Putenschnitzel, Geflügelsoße, Blumenkohl und Kartoffeln Froop Mango	Spargelcremesuppe Broccoli Kartoffel Gratin, Salat Froop Mango	Spargelcremesuppe Kichererbencurry mit Jasminreis Froop Mango
Freitag	Broccolicremesuppe Paniert Fisch, Reis und Erbsen Grießpudding	Broccolicremesuppe Drillinge mit Kräuterquark und bunten Möhren Grießpudding	Broccolicremesuppe Kaiserschmarrn mit Vanillesoße und Apfelkompott Grießpudding
Samstag	Blumenkohlcremesuppe Zweierlei Bohneneintopf mit Brötchen und einer Bockwurst Nuss Nougat Pudding	Blumenkohlcremesuppe Omelette mit Rahmspinat und Kartoffeln Nuss Nougat Pudding	Blumenkohlcremesuppe Bratnuheln mit Asiatischem Gemüse Nuss Nougat Pudding
Sonntag	Tomatencremesuppe Kokosnuss Linsencurry mit Basmatireis und Tofu Schokomousse	Tomatencremesuppe Rindergulasch mit Vollkornnuheln und Möhren Gemüse Schokomousse	Tomatencremesuppe Gnocchi in Gemüsesoße und Salat Schokomousse



vegetarisch



vegan



Eiweiß bewusste Wahl



gesunde Wahl



St. Elisabeth-  
Krankenhaus  
Köln-Hohenlind

Nährwerte												
		Kalorien [kcal]	Joule [kJ]	Fett [g]	davon ges. Fettsäuren [g]	Kohlenhydrate [g]	davon Zucker [g]	Eiweiß [g]	Natrium [g]	Ballaststoffe [g]	Kochsalz [g]	co2e [g]
<b>Karottencremesuppe</b>	p.P.[220g]	82	345	3,78	0,32	11,18	2,39	0,46	0,83	0,84	2,07	0
	pro 100g	37	157	1,72	0,15	5,08	1,09	0,21	0,38	0,38	0,94	0
<b>Karottencremesuppe</b>	p.P.[220g]	82	345	3,78	0,32	11,18	2,39	0,46	0,83	0,84	2,07	0
	pro 100g	37	157	1,72	0,15	5,08	1,09	0,21	0,38	0,38	0,94	0
<b>Hühnerfrikasse, Sommergemüse, Reis</b>	p.P.[444,95g]	432	1.818	10,31	2,36	50,97	4,12	30,51	0,50	0,21	2,40	0
	pro 100g	97	409	2,32	0,53	11,45	0,93	6,86	0,11	0,05	0,54	0
<b>Reis</b>	p.P.[124,95g]	177	748	0,65	0,15	38,50	0,20	3,65	0,00	0,00	0,05	0
	pro 100g	141	599	0,52	0,12	30,81	0,16	2,92	0,00	0,00	0,04	0
<b>Sommergemüse</b>	p.P.[102g]	45	186	0,96	0,34	4,78	2,73	2,67	0,13	0,02	0,33	0
	pro 100g	44	182	0,94	0,33	4,69	2,68	2,62	0,13	0,02	0,33	0
<b>Hühnerfrikasse</b>	p.P.[218g]	211	884	8,70	1,87	7,69	1,19	24,19	0,36	0,19	2,01	0
	pro 100g	97	405	3,99	0,86	3,53	0,54	11,10	0,17	0,09	0,92	0
<b>Schokopudding</b>	p.P.[85g]	71	298	1,28	0,77	11,90	8,50	2,81	0,00	0,00	0,17	0
	pro 100g	83	350	1,50	0,90	14,00	10,00	3,30	0,00	0,00	0,20	0
<b>Schokopudding</b>	p.P.[85g]	71	298	1,28	0,77	11,90	8,50	2,81	0,00	0,00	0,17	0
	pro 100g	83	350	1,50	0,90	14,00	10,00	3,30	0,00	0,00	0,20	0
<b>Mediterraner Kartoffelauflauf mit Salat</b>	p.P.[367g]	253	1.054	16,58	4,85	18,22	5,14	6,47	0,66	0,35	2,32	0
	pro 100g	69	287	4,52	1,32	4,96	1,40	1,76	0,18	0,10	0,63	0
<b>Mediterraner Kartoffelauflauf</b>	p.P.[312g]	204	850	12,16	4,47	16,39	3,91	5,97	0,66	0,35	2,00	0
	pro 100g	65	273	3,90	1,43	5,25	1,25	1,91	0,21	0,11	0,64	0
<b>Salat</b>	p.P.[55g]	49	203	4,42	0,38	1,83	1,23	0,50	0,00	0,00	0,33	0
	pro 100g	89	370	8,03	0,69	3,33	2,24	0,91	0,00	0,00	0,59	0
<b>Veganes Schnitzel mit Tomaten-Kräuterreis und Salat</b>	p.P.[289g]	564	2.363	24,85	3,87	66,64	5,75	16,09	0,00	0,00	1,84	0
	pro 100g	195	818	8,60	1,34	23,06	1,99	5,57	0,00	0,00	0,64	0
<b>veganes Schnitzel</b>	p.P.[100g]	303	1.265	19,00	3,20	21,00	0,20	11,00	0,00	0,00	1,30	0
	pro 100g	303	1.265	19,00	3,20	21,00	0,20	11,00	0,00	0,00	1,30	0

Nährwerte												
		Kalorien [kcal]	Joule [kJ]	Fett [g]	davon ges. Fettsäuren [g]	Kohlenhydrate [g]	davon Zucker [g]	Eiweiß [g]	Natrium [g]	Ballaststoffe [g]	Kochsalz [g]	co2e [g]
Tomatenreis	p.P.[134g]	212	895	1,43	0,29	43,81	4,32	4,59	0,00	0,00	0,22	0
	pro 100g	158	668	1,07	0,22	32,69	3,23	3,43	0,00	0,00	0,16	0
Salat	p.P.[55g]	49	203	4,42	0,38	1,83	1,23	0,50	0,00	0,00	0,33	0
	pro 100g	89	370	8,03	0,69	3,33	2,24	0,91	0,00	0,00	0,59	0
<b>Spargelcremesuppe</b>	p.P.[220g]	92	386	5,38	0,46	10,40	1,18	0,38	0,79	0,42	1,96	0
	pro 100g	42	175	2,45	0,21	4,73	0,54	0,17	0,36	0,19	0,89	0
Spargelcremesuppe	p.P.[220g]	92	386	5,38	0,46	10,40	1,18	0,38	0,79	0,42	1,96	0
	pro 100g	42	175	2,45	0,21	4,73	0,54	0,17	0,36	0,19	0,89	0
<b>Linsenbolognese, Vollkornnuudeln und Salat</b>	p.P.[419g]	417	1.759	6,91	1,10	63,80	11,59	18,57	0,00	0,00	2,90	0
	pro 100g	100	420	1,65	0,26	15,23	2,77	4,43	0,00	0,00	0,69	0
Linsenbolognese	p.P.[239g]	193	816	1,40	0,52	28,47	8,76	12,07	0,00	0,00	2,57	0
	pro 100g	81	341	0,58	0,22	11,91	3,67	5,05	0,00	0,00	1,08	0
Vollkorn Spaghetti	p.P.[125g]	175	740	1,10	0,20	33,50	1,60	6,00	0,00	0,00	0,00	0
	pro 100g	140	592	0,88	0,16	26,80	1,28	4,80	0,00	0,00	0,00	0
Salat	p.P.[55g]	49	203	4,42	0,38	1,83	1,23	0,50	0,00	0,00	0,33	0
	pro 100g	89	370	8,03	0,69	3,33	2,24	0,91	0,00	0,00	0,59	0
<b>Froop Kirsch</b>	p.P.[100g]	98	413	1,50	1,00	16,90	15,20	3,30	0,00	0,00	0,20	0
	pro 100g	98	413	1,50	1,00	16,90	15,20	3,30	0,00	0,00	0,20	0
Froop Kirsch	p.P.[100g]	98	413	1,50	1,00	16,90	15,20	3,30	0,00	0,00	0,20	0
	pro 100g	98	413	1,50	1,00	16,90	15,20	3,30	0,00	0,00	0,20	0
<b>Rinderbraten mit Soße, Kaisergemüse und Kartoffeln</b>	p.P.[451g]	390	1.640	11,14	4,78	39,19	6,40	30,12	1,29	0,71	3,83	0
	pro 100g	86	364	2,47	1,06	8,69	1,42	6,68	0,29	0,16	0,85	0
Rinderbraten	p.P.[138g]	227	954	9,71	4,29	9,52	1,74	25,35	0,64	0,36	1,72	0
	pro 100g	165	691	7,03	3,11	6,90	1,26	18,37	0,46	0,26	1,24	0
Kaisergemüse	p.P.[101g]	36	151	0,88	0,22	3,49	2,57	2,29	0,07	0,01	0,17	0
	pro 100g	36	149	0,87	0,22	3,46	2,54	2,26	0,07	0,01	0,17	0

Nährwerte												
		Kalorien [kcal]	Joule [kJ]	Fett [g]	davon ges. Fettsäuren [g]	Kohlenhydrate [g]	davon Zucker [g]	Eiweiß [g]	Natrium [g]	Ballaststoffe [g]	Kochsalz [g]	co2e [g]
Kartoffeln	p.P.[120g]	88	371	0,36	0,24	17,40	0,48	2,16	0,00	0,00	0,48	0
	pro 100g	73	309	0,30	0,20	14,50	0,40	1,80	0,00	0,00	0,40	0
Braune Soße	p.P.[92g]	39	165	0,19	0,04	8,78	1,61	0,32	0,59	0,34	1,47	0
	pro 100g	42	179	0,21	0,04	9,55	1,75	0,35	0,64	0,37	1,60	0
<b>Orientalische Couscous-Pfanne mit Kräuterquark</b>	p.P.[473,25g]	485	2.027	23,26	9,45	45,50	16,84	18,46	0,00	0,00	1,34	0
	pro 100g	102	428	4,92	2,00	9,61	3,56	3,90	0,00	0,00	0,28	0
Orientalische Gemüse Coucous Pfanne	p.P.[353,25g]	321	1.345	11,98	1,89	40,82	12,16	7,78	0,00	0,00	0,26	0
	pro 100g	91	381	3,39	0,53	11,56	3,44	2,20	0,00	0,00	0,07	0
Kräuterquark	p.P.[120g]	164	683	11,28	7,56	4,68	4,68	10,68	0,00	0,00	1,08	0
	pro 100g	137	569	9,40	6,30	3,90	3,90	8,90	0,00	0,00	0,90	0
<b>Tomatencremesuppe</b>	p.P.[220g]	61	260	0,22	0,04	12,26	6,20	1,78	0,80	1,64	2,00	0
	pro 100g	28	118	0,10	0,02	5,57	2,82	0,81	0,36	0,75	0,91	0
Tomatencremesuppe	p.P.[220g]	61	260	0,22	0,04	12,26	6,20	1,78	0,80	1,64	2,00	0
	pro 100g	28	118	0,10	0,02	5,57	2,82	0,81	0,36	0,75	0,91	0
<b>Eierragout, Kartoffeln und Salat</b>	p.P.[408,1g]	454	1.897	24,31	5,45	32,90	5,78	22,64	0,45	0,24	3,18	0
	pro 100g	111	465	5,96	1,33	8,06	1,42	5,55	0,11	0,06	0,78	0
Eierragout	p.P.[233,1g]	317	1.323	19,54	4,83	13,67	4,07	19,98	0,45	0,24	2,38	0
	pro 100g	136	568	8,38	2,07	5,86	1,75	8,57	0,20	0,10	1,02	0
Kartoffeln	p.P.[120g]	88	371	0,36	0,24	17,40	0,48	2,16	0,00	0,00	0,48	0
	pro 100g	73	309	0,30	0,20	14,50	0,40	1,80	0,00	0,00	0,40	0
Salat	p.P.[55g]	49	203	4,42	0,38	1,83	1,23	0,50	0,00	0,00	0,33	0
	pro 100g	89	370	8,03	0,69	3,33	2,24	0,91	0,00	0,00	0,59	0
<b>Vanillepudding</b>	p.P.[85g]	108	452	5,19	3,40	12,75	9,35	2,30	0,00	0,00	0,17	0
	pro 100g	127	532	6,10	4,00	15,00	11,00	2,70	0,00	0,00	0,20	0
Vanillepudding	p.P.[85g]	108	452	5,19	3,40	12,75	9,35	2,30	0,00	0,00	0,17	0
	pro 100g	127	532	6,10	4,00	15,00	11,00	2,70	0,00	0,00	0,20	0

Nährwerte													
		Kalorien [kcal]	Joule [kJ]	Fett [g]	davon ges. Fettsäuren [g]	Kohlenhydrate [g]	davon Zucker [g]	Eiweiß [g]	Natrium [g]	Ballaststoffe [g]	Kochsalz [g]	co2e [g]	
<b>Hacksteak mit Buntem Gemüse und Kartoffelpüree</b>	p.P.[519g]	521	2.180	25,61	10,60	48,34	9,27	20,75	1,13	2,59	4,93	0	
	pro 100g	100	420	4,94	2,04	9,31	1,79	4,00	0,22	0,50	0,95	0	
Hacksteak	p.P.[125g]	316	1.316	22,50	8,75	11,13	1,63	16,25	0,00	0,00	2,00	0	
	pro 100g	253	1.053	18,00	7,00	8,90	1,30	13,00	0,00	0,00	1,60	0	
Braune Soße	p.P.[92g]	39	165	0,19	0,04	8,78	1,61	0,32	0,59	0,34	1,47	0	
	pro 100g	42	179	0,21	0,04	9,55	1,75	0,35	0,64	0,37	1,60	0	
Buntes Gemüse	p.P.[101g]	41	172	0,78	0,22	5,99	3,97	1,29	0,07	0,01	0,27	0	
	pro 100g	41	170	0,77	0,22	5,93	3,93	1,27	0,07	0,01	0,26	0	
Kartoffelpüree	p.P.[201g]	125	528	2,14	1,60	22,44	2,07	2,89	0,48	2,24	1,19	0	
	pro 100g	62	263	1,07	0,80	11,16	1,03	1,44	0,24	1,12	0,59	0	
<b>Vegane Maultaschen in Gemüserahmsoße und Salat</b>	p.P.[368g]	459	1.928	14,14	1,27	60,21	10,24	17,23	0,39	0,21	2,80	0	
	pro 100g	125	524	3,84	0,34	16,36	2,78	4,68	0,11	0,06	0,76	0	
vegane Maultaschen	p.P.[150g]	297	1.251	5,70	0,45	45,00	4,95	13,65	0,00	0,00	1,50	0	
	pro 100g	198	834	3,80	0,30	30,00	3,30	9,10	0,00	0,00	1,00	0	
Gemüserahmsoße	p.P.[163g]	113	474	4,03	0,44	13,38	4,06	3,08	0,39	0,21	0,98	0	
	pro 100g	70	291	2,47	0,27	8,21	2,49	1,89	0,24	0,13	0,60	0	
Salat	p.P.[55g]	49	203	4,42	0,38	1,83	1,23	0,50	0,00	0,00	0,33	0	
	pro 100g	89	370	8,03	0,69	3,33	2,24	0,91	0,00	0,00	0,59	0	
<b>Geflügelcremesuppe</b>	p.P.[220g]	94	391	5,58	0,50	10,44	1,02	0,34	0,85	0,14	2,12	0	
	pro 100g	43	178	2,54	0,23	4,75	0,46	0,15	0,39	0,06	0,96	0	
Geflügelcremesuppe	p.P.[220g]	94	391	5,58	0,50	10,44	1,02	0,34	0,85	0,14	2,12	0	
	pro 100g	43	178	2,54	0,23	4,75	0,46	0,15	0,39	0,06	0,96	0	
<b>Putenschnitzel, Geflügelsoße, Blumenkohl und Kartoffeln</b>	p.P.[433g]	325	1.376	3,07	1,19	45,58	5,15	25,87	0,65	0,35	3,68	0	
	pro 100g	75	318	0,71	0,28	10,53	1,19	5,97	0,15	0,08	0,85	0	
Putenschnitzel	p.P.[120g]	163	692	1,44	0,60	16,80	1,20	20,40	0,00	0,00	1,56	0	
	pro 100g	136	577	1,20	0,50	14,00	1,00	17,00	0,00	0,00	1,30	0	

Nährwerte												
		Kalorien [kcal]	Joule [kJ]	Fett [g]	davon ges. Fettsäuren [g]	Kohlenhydrate [g]	davon Zucker [g]	Eiweiß [g]	Natrium [g]	Ballaststoffe [g]	Kochsalz [g]	CO <sub>2</sub> e [g]
Braune Soße	p.P.[92g]	39	165	0,19	0,04	8,78	1,61	0,32	0,59	0,34	1,47	0
	pro 100g	42	179	0,21	0,04	9,55	1,75	0,35	0,64	0,37	1,60	0
Blumenkohl	p.P.[101g]	35	148	1,08	0,32	2,59	1,87	2,99	0,07	0,01	0,17	0
	pro 100g	35	146	1,07	0,31	2,57	1,85	2,96	0,07	0,01	0,17	0
Kartoffeln	p.P.[120g]	88	371	0,36	0,24	17,40	0,48	2,16	0,00	0,00	0,48	0
	pro 100g	73	309	0,30	0,20	14,50	0,40	1,80	0,00	0,00	0,40	0
<b>Froop Mango</b>	p.P.[100g]	93	392	1,50	1,00	15,70	13,60	3,30	0,00	0,00	0,10	0
	pro 100g	93	392	1,50	1,00	15,70	13,60	3,30	0,00	0,00	0,10	0
Froop Mango	p.P.[100g]	93	392	1,50	1,00	15,70	13,60	3,30	0,00	0,00	0,10	0
	pro 100g	93	392	1,50	1,00	15,70	13,60	3,30	0,00	0,00	0,10	0
<b>Broccoli Kartoffel Gratin, Salat</b>	p.P.[391g]	313	1.302	19,55	5,04	22,09	3,98	9,44	0,90	0,48	2,92	0
	pro 100g	80	333	5,00	1,29	5,65	1,02	2,41	0,23	0,12	0,75	0
Broccoli-Kartoffel-Gratin	p.P.[336g]	264	1.098	15,13	4,66	20,26	2,75	8,94	0,90	0,48	2,60	0
	pro 100g	79	327	4,50	1,39	6,03	0,82	2,66	0,27	0,14	0,77	0
Salat	p.P.[55g]	49	203	4,42	0,38	1,83	1,23	0,50	0,00	0,00	0,33	0
	pro 100g	89	370	8,03	0,69	3,33	2,24	0,91	0,00	0,00	0,59	0
<b>Kichererbsencurry mit Jasminreis</b>	p.P.[558g]	689	2.895	24,08	18,34	94,63	36,66	16,84	0,00	0,00	2,84	0
	pro 100g	123	519	4,32	3,29	16,96	6,57	3,02	0,00	0,00	0,51	0
Kichererbsencurry	p.P.[433g]	515	2.156	23,63	18,19	56,13	36,51	13,19	0,00	0,00	2,84	0
	pro 100g	119	498	5,46	4,20	12,96	8,43	3,05	0,00	0,00	0,65	0
Jasminreis	p.P.[125g]	174	739	0,45	0,15	38,50	0,15	3,65	0,00	0,00	0,00	0
	pro 100g	139	591	0,36	0,12	30,80	0,12	2,92	0,00	0,00	0,00	0
<b>Broccolicremesuppe</b>	p.P.[220g]	86	361	4,24	0,34	11,38	1,39	0,48	0,79	0,34	1,99	0
	pro 100g	39	164	1,93	0,15	5,17	0,63	0,22	0,36	0,15	0,90	0
Broccolicremesuppe	p.P.[220g]	86	361	4,24	0,34	11,38	1,39	0,48	0,79	0,34	1,99	0
	pro 100g	39	164	1,93	0,15	5,17	0,63	0,22	0,36	0,15	0,90	0

		Nährwerte											
		Kalorien [kcal]	Joule [kJ]	Fett [g]	davon ges. Fettsäuren [g]	Kohlenhydrate [g]	davon Zucker [g]	Eiweiß [g]	Natrium [g]	Ballaststoffe [g]	Kochsalz [g]	co2e [g]	
<b>Panierter Fisch, Reis und Erbsen</b>	p.P.[395,95g]	561	2.357	12,95	2,17	73,46	4,70	33,73	0,07	0,01	2,26	0	
	pro 100g	142	595	3,27	0,55	18,55	1,19	8,52	0,02	0,00	0,57	0	
Panierter Fisch	p.P.[170g]	321	1.346	11,22	1,70	29,07	1,53	24,99	0,00	0,00	2,04	0	
	pro 100g	189	792	6,60	1,00	17,10	0,90	14,70	0,00	0,00	1,20	0	
Reis	p.P.[124,95g]	177	748	0,65	0,15	38,50	0,20	3,65	0,00	0,00	0,05	0	
	pro 100g	141	599	0,52	0,12	30,81	0,16	2,92	0,00	0,00	0,04	0	
Erbsen	p.P.[101g]	63	263	1,08	0,32	5,89	2,97	5,09	0,07	0,01	0,17	0	
	pro 100g	62	260	1,07	0,31	5,83	2,94	5,04	0,07	0,01	0,17	0	
<b>Grießpudding</b>	p.P.[85g]	116	488	5,10	3,32	14,45	11,05	2,81	0,00	0,00	0,09	0	
	pro 100g	137	574	6,00	3,90	17,00	13,00	3,30	0,00	0,00	0,10	0	
Grießpudding	p.P.[85g]	116	488	5,10	3,32	14,45	11,05	2,81	0,00	0,00	0,09	0	
	pro 100g	137	574	6,00	3,90	17,00	13,00	3,30	0,00	0,00	0,10	0	
<b>Drillinge mit Kräuterquark und bunten Möhren</b>	p.P.[472g]	365	1.530	13,58	8,37	40,62	11,70	15,27	0,07	0,01	2,20	0	
	pro 100g	77	324	2,88	1,77	8,61	2,48	3,23	0,01	0,00	0,47	0	
Drillinge	p.P.[200g]	146	618	0,60	0,40	29,00	0,80	3,60	0,00	0,00	0,80	0	
	pro 100g	73	309	0,30	0,20	14,50	0,40	1,80	0,00	0,00	0,40	0	
Kräuterquark	p.P.[120g]	164	683	11,28	7,56	4,68	4,68	10,68	0,00	0,00	1,08	0	
	pro 100g	137	569	9,40	6,30	3,90	3,90	8,90	0,00	0,00	0,90	0	
Buntes Möhrengemüse	p.P.[152g]	55	229	1,70	0,41	6,94	6,22	0,99	0,07	0,01	0,32	0	
	pro 100g	36	151	1,12	0,27	4,57	4,09	0,65	0,04	0,00	0,21	0	
<b>Kaiserschmarrn mit Vanillesoße und Apfelkompott</b>	p.P.[490g]	826	3.463	27,93	7,51	119,60	58,60	20,59	0,00	0,00	1,49	0	
	pro 100g	169	707	5,70	1,53	24,41	11,96	4,20	0,00	0,00	0,30	0	
Kaiserschmarrn	p.P.[250g]	603	2.523	23,25	4,75	80,00	25,00	16,75	0,00	0,00	1,25	0	
	pro 100g	241	1.009	9,30	1,90	32,00	10,00	6,70	0,00	0,00	0,50	0	
Vanillesoße	p.P.[120g]	125	526	4,32	2,64	18,00	14,40	3,48	0,00	0,00	0,24	0	
	pro 100g	104	438	3,60	2,20	15,00	12,00	2,90	0,00	0,00	0,20	0	

Nährwerte												
		Kalorien [kcal]	Joule [kJ]	Fett [g]	davon ges. Fettsäuren [g]	Kohlenhydrate [g]	davon Zucker [g]	Eiweiß [g]	Natrium [g]	Ballaststoffe [g]	Kochsalz [g]	CO <sub>2</sub> e [g]
Apfelkompott	p.P.[120g]	98	415	0,36	0,12	21,60	19,20	0,36	0,00	0,00	0,00	0
	pro 100g	82	346	0,30	0,10	18,00	16,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0
<b>Blumenkohlcremesuppe</b>	p.P.[220g]	93	386	5,48	0,44	9,98	1,03	0,60	0,81	0,42	2,03	0
	pro 100g	42	176	2,49	0,20	4,54	0,47	0,27	0,37	0,19	0,92	0
Blumenkohlcremesuppe	p.P.[220g]	93	386	5,48	0,44	9,98	1,03	0,60	0,81	0,42	2,03	0
	pro 100g	42	176	2,49	0,20	4,54	0,47	0,27	0,37	0,19	0,92	0
<b>Zweierlei Bohneneintopf mit Brötchen und einer Bockwurst</b>	p.P.[431,6g]	723	3.027	31,28	11,82	66,07	6,76	35,92	0,00	0,00	4,50	0
	pro 100g	167	701	7,25	2,74	15,31	1,57	8,32	0,00	0,00	1,04	0
Zweierlei Bohneneintopf	p.P.[271,6g]	287	1.207	4,68	0,76	36,17	3,86	17,64	0,00	0,00	1,60	0
	pro 100g	106	444	1,72	0,28	13,32	1,42	6,50	0,00	0,00	0,59	0
Brötchen	p.P.[60g]	148	629	0,60	0,06	29,40	2,40	5,28	0,00	0,00	0,90	0
	pro 100g	247	1.048	1,00	0,10	49,00	4,00	8,80	0,00	0,00	1,50	0
Bockwurst	p.P.[100g]	288	1.192	26,00	11,00	0,50	0,50	13,00	0,00	0,00	2,00	0
	pro 100g	288	1.192	26,00	11,00	0,50	0,50	13,00	0,00	0,00	2,00	0
<b>Nuss Nougat Pudding</b>	p.P.[85g]	97	406	3,15	1,96	14,45	11,05	2,38	0,00	0,00	0,17	0
	pro 100g	114	478	3,70	2,30	17,00	13,00	2,80	0,00	0,00	0,20	0
Nuss-Nougat-Pudding	p.P.[85g]	97	406	3,15	1,96	14,45	11,05	2,38	0,00	0,00	0,17	0
	pro 100g	114	478	3,70	2,30	17,00	13,00	2,80	0,00	0,00	0,20	0
<b>Omelette mit Rahmspinat und Kartoffeln</b>	p.P.[225g]	237	989	13,75	3,59	14,53	1,08	13,31	0,60	0,32	2,36	0
	pro 100g	105	439	6,11	1,59	6,46	0,48	5,92	0,27	0,14	1,05	0
Omelette	p.P.[85g]	124	517	8,25	3,15	2,81	0,26	9,35	0,00	0,00	0,85	0
	pro 100g	146	608	9,70	3,70	3,30	0,30	11,00	0,00	0,00	1,00	0
Rahmspinat	p.P.[140g]	113	472	5,50	0,44	11,72	0,82	3,96	0,60	0,32	1,51	0
	pro 100g	81	337	3,93	0,31	8,37	0,59	2,83	0,43	0,23	1,08	0
<b>Bratnuedeln mit Asiatischem Gemüse</b>	p.P.[382,01g]	644	2.706	3,46	0,86	121,35	16,74	32,23	0,00	0,00	4,94	0
	pro 100g	169	708	0,91	0,22	31,77	4,38	8,44	0,00	0,00	1,29	0

Nährwerte													
		Kalorien [kcal]	Joule [kJ]	Fett [g]	davon ges. Fettsäuren [g]	Kohlenhydrate [g]	davon Zucker [g]	Eiweiß [g]	Natrium [g]	Ballaststoffe [g]	Kochsalz [g]	co2e [g]	
Bratnuedeln mit Asiatischem Gemüse	p.P.[382.01g]	644	2.706	3,46	0,86	121,35	16,74	32,23	0,00	0,00	4,94	0	
	pro 100g	169	708	0,91	0,22	31,77	4,38	8,44	0,00	0,00	1,29	0	
<b>Kokosnuss Linsencurry mit Basmatireis und Tofu</b>	p.P.[755.01g]	1.005	4.218	33,83	19,22	113,65	10,12	51,51	0,00	0,00	0,17	0	
	pro 100g	133	559	4,48	2,55	15,05	1,34	6,82	0,00	0,00	0,02	0	
Kokosnuss Linsencurry mit Krossem Tofu	p.P.[630.01g]	829	3.470	33,18	19,07	75,15	9,92	47,86	0,00	0,00	0,17	0	
	pro 100g	132	551	5,27	3,03	11,93	1,57	7,60	0,00	0,00	0,03	0	
Basmatireis	p.P.[125g]	177	748	0,65	0,15	38,50	0,20	3,65	0,00	0,00	0,00	0	
	pro 100g	141	598	0,52	0,12	30,80	0,16	2,92	0,00	0,00	0,00	0	
<b>Schokomousse</b>	p.P.[75g]	118	491	4,88	3,98	14,25	12,75	3,68	0,00	0,00	0,15	0	
	pro 100g	157	655	6,50	5,30	19,00	17,00	4,90	0,00	0,00	0,20	0	
Schokomousse	p.P.[75g]	118	491	4,88	3,98	14,25	12,75	3,68	0,00	0,00	0,15	0	
	pro 100g	157	655	6,50	5,30	19,00	17,00	4,90	0,00	0,00	0,20	0	
<b>Rindergrünlachs mit Vollkornnuedeln und Möhrengemüse</b>	p.P.[465.5g]	495	2.084	11,94	4,75	60,28	9,46	33,42	1,29	0,71	3,48	0	
	pro 100g	106	448	2,57	1,02	12,95	2,03	7,18	0,28	0,15	0,75	0	
Rindergrünlachs	p.P.[239.5g]	288	1.210	10,26	4,33	21,98	3,69	26,73	1,22	0,70	3,21	0	
	pro 100g	120	505	4,28	1,81	9,18	1,54	11,16	0,51	0,29	1,34	0	
Vollkorn Nudel Fusilli	p.P.[125g]	175	740	1,10	0,20	33,50	1,60	6,00	0,00	0,00	0,00	0	
	pro 100g	140	592	0,88	0,16	26,80	1,28	4,80	0,00	0,00	0,00	0	
Möhrengemüse	p.P.[101g]	32	134	0,58	0,22	4,79	4,17	0,69	0,07	0,01	0,27	0	
	pro 100g	32	132	0,57	0,22	4,74	4,12	0,68	0,07	0,01	0,26	0	
<b>Gnocchi in Gemüsesoße und Salat</b>	p.P.[368g]	521	2.201	10,29	1,07	92,61	14,89	8,38	0,39	0,21	4,50	0	
	pro 100g	142	598	2,80	0,29	25,17	4,04	2,28	0,11	0,06	1,22	0	
Gnocchi So1	p.P.[200g]	384	1.627	1,90	0,30	80,00	10,30	6,80	0,00	0,00	3,10	0	
	pro 100g	192	814	0,95	0,15	40,00	5,15	3,40	0,00	0,00	1,55	0	
Salat	p.P.[55g]	49	203	4,42	0,38	1,83	1,23	0,50	0,00	0,00	0,33	0	
	pro 100g	89	370	8,03	0,69	3,33	2,24	0,91	0,00	0,00	0,59	0	

## Nährwerte

		Kalorien [kcal]	Joule [kJ]	Fett [g]	davon ges. Fettsäuren [g]	Kohlenhydrate [g]	davon Zucker [g]	Eiweiß [g]	Natrium [g]	Ballaststoffe [g]	Kochsalz [g]	co2e [g]
Gemüsesoße	p.P.[113g]	88	371	3,98	0,39	10,78	3,36	1,08	0,39	0,21	1,08	0
	pro 100g	78	328	3,52	0,34	9,54	2,97	0,95	0,35	0,18	0,95	0

Menüs/Komponenten	Zusatzstoffe	Allergene
<b>Karottencremesuppe</b>	mit Farbstoff mit Konservierungsst... mit Antioxidationsmi... mit Geschmackverstä... Süßungsmittel mit Phosphat gewachst geschwärtz geschwefelt Schwein/tier. Fett Zuckerart o. Süßungs... kann abführend wirke... coffeinhaltig chininhaltig genetisch verändert mit Phänzenweiß mit Stärke	Krebstiere Ei Fisch Erdnüsse Soja Milch einschl. Lakt... Schalenfrüchte Sellerie Senf Sesam Glutenhaltige Getrei... Milchpulver Milkepulver Milcheiweiß Eiklar u. Verw. v. Milch u. Verw. v. Sahne Schwefeldioxid/Sulf... Lupine Weichtiere Weizen und Weizenerz Dinkel und Dinkelerz... Kamut und Kamuterez Roggen und Roggenger... Gerste und Gersteerz... Hafer und Hafererze... Hybridstämme Mandeln und Mandeler... Haselnüsse und Hasel... Walnüsse und Walnuss... Pecannüsse und Pecan... Paranüsse und Paranu... Pistazien und Pistaz... Macadamia- oder Quie...
<b>Hühnerfrikasse, Sommergemüse, Reis</b>	Reis Sommergemüse Hühnerfrikasse	
<b>Schokopudding</b>	Schokopudding	
<b>Mediterraner Kartoffelauflauf mit Salat</b>	Mediterraner Kartoffelauflauf Salat	
<b>Veganes Schnitzel mit Tomaten-Kräuterreis und Salat</b>	veganes Schnitzel Tomatenreis Salat	●
<b>Spargelcremesuppe</b>	Spargelcremesuppe	
<b>Linsenbolognese, Vollkornnuheln und Salat</b>	● ● ● ● ● ● ● ● ● ●	● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●
<b>Froop Kirsch</b>	Froop Kirsch	
<b>Rinderbraten mit Soße, Kaisergemüse und Kartoffeln</b>	Rinderbraten Kaisergemüse Kartoffeln Braune Soße	
<b>Orientalische Couscous-Pfanne mit Kräuterquark</b>	Orientalische Gemüse Couscous Pfanne Kräuterquark	● ● ● ●
<b>Tomatencremesuppe</b>		

- Zusatzstoff/Allergen enthalten
  - Zusatzstoff/Allergen kann in Spuren enthalten sein

## Menüs/Komponenten

Tomatencremesuppe

### Eierragout, Kartoffeln und Salat

Eierragout

Kartoffeln

Salat

### Vanillepudding

Vanillepudding

### Hacksteak mit Buntem Gemüse und Kartoffelpüree

Hacksteak

Braune Soße

Buntes Gemüse

Kartoffelpüree

### Vegane Maultaschen in Gemüserahmsoße und Salat

vegane Maultaschen

Gemüserahmsoße

Salat

### Geflügelcremesuppe

Geflügelcremesuppe

### Putenschnitzel, Geflügelsoße, Blumenkohl und Kartoffeln

Putenschnitzel

Braune Soße

Blumenkohl

Kartoffeln

### Froop Mango

Froop Mango

### Broccoli Kartoffel Gratin, Salat

Broccoli-Kartoffel-Gratin

Salat

### Kichererbencurry mit Jasminreis

Kichererbencurry

Jasminreis

### Broccolicremesuppe

	Zusatzstoffe	Allergene
mit Farbstoff		
mit Konservierungsst...		
mit Antioxidationsmi...		
mit Geschmacksverstär...		
Süßungsmittel		
mit Phosphat		
gewachst		
geschwärzt		
geschweifelt		
Schwein/tier. Fett		
Zuckerart o. Süßungs...		
kann abführend wirke...		
coffenhaltig		
chininhaltig		
genetisch verändert		
mit Pflanzeneiweiß		
mit Stärke		
Krebstiere	●	
Ei	●	
Fisch		
Erdnüsse		
Soja	●	
Milch einschl. Lakt...		
Schalenfrüchte	●	
Sellerie	●	
Senf		
Sesam		
Glutenhaltige Getrei...		
Milchpulver		
Milkeiweiß		
Eiklar		
u. Verw. v. Milch		
u. Verw. v. Sahne		
Schweifeldioxid/Suffi...		●
Lupine		
Weichtiere		
Weizen und Weizenerz		
Dinkel und Dinkelerz...		
Kamut und Kamutterzeu...		
Roggen und Roggenger...		
Gerste und Gersteerz...		
Hafer und Hafererzeu...		
Hybridstämme		
Mandeln und Mandeler		
Hasenhüsse und Hasel.		
Walnüsse und Walnuss		
Cashewnüsse und Cas...		
Pecannüsse und Pecan...		
Paranüsse und Paranu...		
Pistazien und Pistaz...		
Macadamia- oder Quee...		

● Zusatzstoff/Allergen enthalten

○ Zusatzstoff/Allergen kann in Spuren enthalten sein

## Menüs/Komponenten

Broccolicremesuppe

### Paniert Fisch, Reis und Erbsen

Paniert Fisch

Reis

Erbsen

### Grießpudding

Grießpudding

### Drillinge mit Kräuterquark und bunten Möhren

Drillinge

Kräuterquark

Buntes Möhrengemüse

### Kaiserschmarrn mit Vanillesoße und Apfelkompott

Kaiserschmarrn

Vanillesoße

Apfelkompott

### Blumenkohlcemesuppe

Blumenkohlcemesuppe

### Zweierlei Bohneneintopf mit Brötchen und einer Bockwurst

Zweierlei Bohneneintopf

Brötchen

Bockwurst

### Nuss Nougat Pudding

Nuss-Nougat-Pudding

### Omelette mit Rahmspinat und Kartoffeln

Omelette

Rahmspinat

### Bratnudeln mit Asiatischem Gemüse

Bratnudeln mit Asiatischem Gemüse

### Kokosnuss Linsencurry mit Basmatireis und Tofu

Kokosnuss Linsencurry mit Krossem Tofu

Basmatireis

### Schokomousse

	Zusatzstoffe	Allergene
mit Farbstoff		
mit Konservierungsst...		
mit Antioxidationsmi...		
mit Geschmacksverstär...		
Süßungsmittel		
mit Phosphat		
gewachst		
geschwärtzt		
geschwefelt		
Schwein/tier. Fett		
Zuckerart o. Süßungs...		
kann abführend wirke...		
coffenhaltig		
chininhaltig		
genetisch verändert		
mit Pflanzeneiweiß		
mit Stärke		
Krebstiere	●	
Ei	●	
Fisch		
Erdnüsse		
Soja	●	
Milch einschl. Lakto...	●	
Schalenfrüchte		
Sellerie		
Senf		
Sesam		
Glutenhaltige Getrei...		
Milchpulver		
Milkeiweiß		
Eiklar		
u. Verw. v. Milch		
u. Verw. v. Sahne		
Schweifeldioxid/Suffi...		
Lupine		
Weichtiere		
Weizen und Weizenkerz		●
Dinkel und Dinkelerz...		●
Kamut und Kamutkerze		
Roggen und Roggenger...		
Gerste und Gersteerze...		
Haf er und Haf erzeu...		
Hybridstämme		
Mandel und Mandeler		
Hasenhüsse und Hasel		
Walnüsse und Walnuss		
Cashewnüsse und Cas...		
Pecannüsse und Pecar...		
Paranüsse und Paranu...		
Pistazien und Pistaz...		
Macadamia- oder Quee...		

● Zusatzstoff/Allergen enthalten

○ Zusatzstoff/Allergen kann in Spuren enthalten sein

## **Menüs/Komponenten**

The treemap visualization illustrates the nutritional composition of various dishes. The total area is divided into three main horizontal sections: a light gray section at the top, a white central section, and a light gray bottom section. The central section is further divided into several vertical columns of varying widths. The bottom section contains several horizontal bars of different lengths. The left side of the visualization lists dish names, which are also color-coded to match the corresponding sections of the treemap.

Dish Category	Dish Name	Section
Schokomousse	Schokomousse	Top Left (Light Gray)
Rindergulasch	Rindergulasch	Top Left (Light Gray)
	Vollkorn Nudel Fusilli	Top Left (Light Gray)
	Möhrengemüse	Top Left (Light Gray)
Gnocchi in Gemüsesoße und Salat	Gnocchi So1	Top Left (Light Gray)
	Salat	Top Left (Light Gray)
	Gemüsesoße	Top Left (Light Gray)

- Zusatzstoff/Allergen enthalten
  - Zusatzstoff/Allergen kann in Spuren enthalten sein