

Speiseplan Woche 3

	KLASSISCH & NEU GEDACHT	GUT BEKÖMMLICH	VEGETARISCH
Montag	Karottencremesuppe Tofugulasch, Vollkornnudeln, Salat Schokopudding 	Karottencremesuppe Hähnchenbrust mit Soße, Kartoffeln und Kaisergemüse Schokopudding	Karottencremesuppe Hirse Gemüse Pfanne mit Feta Schokopudding 
Dienstag	Spargelcremesuppe Mexikanische Gemüsepfanne mit Soja und Tomatensalsa Froop Kirsch 	Spargelcremesuppe Penne Rigate mit Rinderhackfleischsoße, Salat Froop Kirsch 	Spargelcremesuppe Pfannkuchen mit Gemüsefüllung, Kräutersoße und Kartoffeln Froop Kirsch 
Mittwoch	Tomatencremesuppe Kichererbseneintopf mit einem Brötchen Vanillepudding 	Tomatencremesuppe Seelachsfilet, Zitronensoße, Zucchini und Reis Vanillepudding 	Tomatencremesuppe Gemüseschnitzel, Kräutersoße, Erbsen und Kartoffelstampf Vanillepudding 
Donnerstag	Geflügelcremesuppe Eierragout mit Reis und Salat Froop Mango 	Geflügelcremesuppe Schweinesteak , Braune Soße, Blumenkohl und Kartoffeln Froop Mango	Geflügelcremesuppe Vegetarischer Soja-Gemüse-Kartoffel-Auflauf Froop Mango   
Freitag	Broccolicremesuppe Putengemüsecurry mit Reis Grießpudding	Broccolicremesuppe Fischragout mit Brokkoli und Kartoffeln Grießpudding  	Broccolicremesuppe Sellerieschnitzel, Kräutersoße, Gemüsereis, Salat Grießpudding
Samstag	Blumenkohlcremesuppe Erbseneintopf mit Bockwurst Nuss Nougat Pudding	Blumenkohlcremesuppe Gemüseintopf mit Rindfleischwürfel, Brötchen Nuss Nougat Pudding 	Blumenkohlcremesuppe Asiatischer Tofu Gemüse Wok mit Vollkornreis Nuss Nougat Pudding  
Sonntag	Tomatencremesuppe Kalbsgulasch, Leipziger Allerlei und Nudeln Schokomousse 	Tomatencremesuppe Kartoffel-Gemüse-Pfanne mit Kräuterdip Schokomousse 	Tomatencremesuppe Linsenragout mit Vollkornspaghetti und Salat Schokomousse  



vegetarisch



vegan



Eiweiß bewusste Wahl



gesunde Wahl



St. Elisabeth-
Krankenhaus
Köln-Hohenlind

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

		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]
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

Menüs/Komponenten

[illegible]

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

Menüs/Komponenten

[illegible]

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

Menüs/Komponenten

[illegible]

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

Menüs/Komponenten

Menüs/Komponenten	Zusatzstoffe																				Allergene																																	
	mit Farbstoff	mit Konservierungsst...	mit Antioxidationsmi...	mit Geschmacksverstär...	Süßungsmittel	mit Phosphat	gewachst	geschwärzt	geschwefelt	Schwein/tier. Fett	Zuckerart o. Süßungs...	kann abführend wirken...	coffeinhaltig	chininhaltig	genetisch verändert	mit Pflanzeneiweiß	mit Stärke	Krebstiere	Ei	Fisch	Erdnüsse	Soja	Milch einschl. Laktos...	Schalenfrüchte	Sellerie	Senf	Sesam	Glutenhaltige Getreid...	Milchpulver	Molkepulver	Milcheiweiß	Eiklar	u. Verw. v. Milch	u. Verw. v. Sahne	Schwefeldioxid/Sulfid...	Lupine	Weichtiere	Weizen und Weizenreiz...	Dinkel und Dinkelerz...	Kamut und Kamuterzeu...	Roggen und Roggenerz...	Gerste und Gersteerz...	Hafer und Hafererzeu...	Hybridstämme	Mandeln und Mandeler...	Haselnüsse und Hasel...	Walnüsse und Walnuss...	Cashewnüsse und Cas...	Pecannüsse und Pecar...	Paranüsse und Paranu...	Pistazien und Pistaz...	Macadamia- oder Quee...		
Kalbsgulasch																																																						
Leipziger Allerlei																																																						
Nudeln																																																						
Schokomousse																																																						
Schokomousse																																																						
Kartoffel-Gemüse-Pfanne mit Kräuterdip	●																																																					
Kartoffel-Gemüse-Pfanne	●																																																					
Kräuterquark																																																						
Linsenragout mit Vollkornspaghetti und Salat																																																						
Linsenragout																																																						
Vollkorn Spaghetti																																																						
Salat																																																						

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