

# Speisenangebot

Kalenderwoche : 10

vom 02.03.20 - 08.03.20

NORDDEUTSCHE  
CATERING+SERVICES



|           | <b>Menü 1 Köstlich bewährt</b>   | <b>Menü 2 Leicht &amp; Lecker</b>   | <b>Menü 3 Vegetarisch</b>   |
|-----------|--|---|---|
| <b>Mo</b> | Königsberger Klopse (aus Schweinefleisch)<br>Kapernsoße<br>Dampfkartoffeln<br>Rote Beete<br>Fruchtjoghurt            | Grüner Bohneneintopf mit Kartoffeln & Rindfleisch<br>Brötchen<br>Fruchtjoghurt  | Vollkornnudeln<br>Gemüsebolognese (mit Soja)<br>Fruchtjoghurt   |
|           | 624 kcal, 29g Eiweiß, 28g Fett, 62g KH, 5 BE   | 503 kcal, 39g Eiweiß, 12g Fett, 56g KH, 2 BE  | 202 kcal, 11g Eiweiß, 7g Fett, 20g KH, 1 BE   |
| <b>Di</b> | Weißwürste<br>Süßer Senf<br>Sauerkraut<br>Kartoffeln<br>Apfelgrütze<br>Vanillesoße                                   | Gewürfelter Katenschinken<br>Dicke Bohnen in Rahm<br>Kartoffeln<br>Apfelgrütze<br>Vanillesoße                         | Champignoncremesuppe<br>Warme Grießspeise<br>Waldbeersauce  |
|           | 685 kcal, 27g Eiweiß, 43g Fett, 44g KH, 2 BE   | 407 kcal, 22g Eiweiß, 11g Fett, 52g KH, 2 BE  | 599 kcal, 17g Eiweiß, 7g Fett, 115g KH, 10 BE   |
| <b>Mi</b> | Geschmorte Kohlroulade (Schweinefleisch)<br>Kümmel-Soße<br>Kartoffeln<br>Erdbeerquark                                | Brathering in Sauer (ohne Mittelgräte)<br>Bratkartoffeln (mit Speck)<br>gemischter Salat<br>Erdbeerquark              | Semmelklöße<br>Waldpilze in Rahmsauce<br>gemischter Salat<br>Erdbeerquark                                     |
|           | 513 kcal, 23g Eiweiß, 18g Fett, 62g KH, 2 BE   | 535 kcal, 32g Eiweiß, 17g Fett, 60g KH, 5 BE  | 708 kcal, 29g Eiweiß, 27g Fett, 86g KH, 7 BE  |
| <b>Do</b> | Holsteiner Rübenmus mit Möhren und Kartoffel<br>Kohlwurst<br>Senf<br>Vanillepudding<br>Schokoladensauce              | Geschnetzelte Pute mit Früchten in Curryrahmsauce<br>Kokosreis<br>Vanillepudding<br>Schokoladensauce                  | Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung<br>Barbecuesauce<br>bunter Salat<br>Vanillepudding<br>Schokoladensauce |
|           | 671 kcal, 29g Eiweiß, 29g Fett, 73g KH, 6 BE   | 762 kcal, 44g Eiweiß, 24g Fett, 91g KH, 8 BE  | 734 kcal, 12g Eiweiß, 24g Fett, 114g KH, 9 BE   |
| <b>Fr</b> | Rotbarschfilet, gebraten<br>Petersiliensoße<br>Kartoffelsalat mit Joghurt-Dressing<br>Fruchtcocktail mit Schlagsahne | Hackbraten (aus Schweinefleisch)<br>Rahmsauce<br>Wachsbrechbohnen<br>Salzkartoffeln<br>Fruchtcocktail mit Schlagsahne | Vegetarisches Bami Goreng (Pikante Nudeln mit Asiagemüse)<br>Sojasauce<br>Fruchtcocktail mit Schlagsahne      |
|           | 616 kcal, 37g Eiweiß, 29g Fett, 46g KH, 2 BE   | 620 kcal, 25g Eiweiß, 27g Fett, 65g KH, 4 BE  | 381 kcal, 11g Eiweiß, 15g Fett, 46g KH, 3 BE  |
| <b>Sa</b> | Wirsingkohleintopf mit Hackbällchen (mit Schweinefleisch)<br>Brötchen<br>Obst  | Kartoffelgratin mit Spinat, Champignons & Feta<br>Provenzalische Soße<br>Obst   |   |
|           | 371 kcal, 15g Eiweiß, 9g Fett, 55g KH, 2 BE  | 467 kcal, 19g Eiweiß, 24g Fett, 42g KH, 3 BE  |   |
| <b>So</b> | Allgäuer Käsesuppe<br>Rindergulasch mit Champignons<br>Bohnen<br>Spiralnudeln<br>Zitronen-Sahne-Pudding              | Allgäuer Käsesuppe<br>Truthahnkeulenbraten<br>Sauerrahmsauce<br>Rosenkohl<br>Kartoffeln<br>Zitronen-Sahne-Pudding     |   |
|           | 1019 kcal, 82g Eiweiß, 28g Fett, 103g KH, 7 BE   | 716 kcal, 47g Eiweiß, 26g Fett, 69g KH, 3 BE  |   |



# Speisenangebot

Kalenderwoche : 10

vom 02.03.20 - 08.03.20

NORDDEUTSCHE  
CATERING+SERVICES



|           | <b>Menü 4 hits for kids</b>   | <b>Menü 5 fit &amp; trendy</b>  |
|-----------|---|---|
| <b>Mo</b> | Fischfilet, gebacken<br>Kräutersoße<br>Kartoffelpüree<br>Gurkensalat<br>Fruchtjoghurt                                       | Salat "Hawai" bunte Salate, Ananas,<br>Putenstreifen und Käse<br>Baguette & Dressing<br>Fruchtjoghurt                           |
|           | 529 kcal, 29g Eiweiß, 11g Fett, 78g<br>KH, 4 BE   | 397 kcal, 20g Eiweiß, 12g Fett, 47g<br>KH, 4 BE   |
| <b>Di</b> | Hühnerfrikassee mit Erbsen (ohne<br>Champignons)<br>Balreis<br>Apfelgrütze<br>Vanillesoße                                   | Matjessalat mit Tomate, Gurke und<br>Kräutern<br>Schwarzbrot & Butter<br>Apfelgrütze<br>Vanillesoße                             |
|           | 468 kcal, 30g Eiweiß, 8g Fett, 66g<br>KH, 5 BE  | 728 kcal, 29g Eiweiß, 45g Fett, 55g<br>KH, 4 BE   |
| <b>Mi</b> | Raviolis mit Rindfleischfüllung<br>Parmesan<br>Tomatensoße<br>Erdbeerquark  | Griechischer Salat mit Weißkohl &<br>Gyros (vom Schwein)<br>Baguette<br>Tzatzikidressing<br>Erdbeerquark                        |
|           | 830 kcal, 39g Eiweiß, 18g Fett, 127g<br>KH, 2 BE  | 632 kcal, 23g Eiweiß, 26g Fett, 74g<br>KH, 4 BE   |
| <b>Do</b> | Wiener Würstchen (mit<br>Schweinefleisch)<br>Senf<br>Kartoffelsalat mit Tomate & Gurke<br>Vanillepudding<br>Schokoladensoße | Tomatensalat mit Mozzarellaperlen<br>und Basilikumdressing<br>Pane Bianco (ital. Weißbrot)<br>Vanillepudding<br>Schokoladensoße |
|           | 670 kcal, 13g Eiweiß, 33g Fett, 76g<br>KH, 6 BE   | 591 kcal, 28g Eiweiß, 13g Fett, 88g<br>KH, 7 BE   |
| <b>Fr</b> | Geflügelbratwurst<br>Geflügelsoße<br>Karotten-Stampfkartoffeln<br>Fruchtcocktail<br>mit Schlagsahne                         | Salat Wiener Art - Bunter Salat mit<br>kaltem Schweineschnitzel<br>Baguette & Dressing<br>Fruchtcocktail<br>mit Schlagsahne     |
|           | 442 kcal, 22g Eiweiß, 21g Fett, 40g<br>KH, 3 BE   | 512 kcal, 31g Eiweiß, 14g Fett, 52g<br>KH, 4 BE   |