

# Speisenangebot

Kalenderwoche : 41

vom 10.10.22 - 16.10.22

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 Bete<br>Fruchtjoghurt            | Grüner Bohneneintopf mit Kartoffeln & Rindfleisch<br>Brötchen<br>Fruchtjoghurt                                      | Vollkornnudeln<br>Gemüsebolognese (mit Soja)<br>Fruchtjoghurt   |
|           | 730 kcal, 32g Eiweiß, 32g Fett, 77g KH, 6 BE  | 559 kcal, 40g Eiweiß, 14g Fett, 64g KH, 3 BE  | 304 kcal, 16g Eiweiß, 11g Fett, 32g KH, 2 BE  |
| <b>Di</b> | Weißwurst (mit Schwein)<br>Süßer Senf<br>Sauerkraut<br>Kartoffeln<br>Apfelgrütze<br>Vanillesoße                     | Gewürfelter Katenschinken (Schwein)<br>Dicke Bohnen in Rahm<br>Kartoffeln<br>Apfelgrütze<br>Vanillesoße             | Champignoncremesuppe<br>Warme Grießspeise<br>Waldbiersoße   |
|           | 343 kcal, 7g Eiweiß, 10g Fett, 51g KH, 2 BE   | 345 kcal, 13g Eiweiß, 5g Fett, 58g KH, 2 BE   | 521 kcal, 15g Eiweiß, 6g Fett, 99g KH, 8 BE   |
| <b>Mi</b> | Gekochtes Rindfleisch<br>Meerrettichsoße<br>Karotten-Pastinakengemüse<br>Kartoffeln<br>Erdbeerquark                 | Brathering in Sauer (ohne Mittelgräte)<br>Bratkartoffeln (mit Speck)<br>Gemischter Salat, Dressing<br>Erdbeerquark  | Gefüllte Paprikaschote Vegetarisch<br>Curryrahmsoße<br>Balireis<br>Erdbeerquark                                       |
|           | 853 kcal, 45g Eiweiß, 44g Fett, 56g KH, 2 BE  | 616 kcal, 37g Eiweiß, 26g Fett, 56g KH, 5 BE  | 556 kcal, 28g Eiweiß, 13g Fett, 81g KH, 7 BE  |
| <b>Do</b> | Holsteiner Rübenmus mit Möhren und Kartoffel<br>Kohlwurst (Schwein)<br>Senf<br>Vanillepudding<br>Schokoladensoße    | Geschnetzelte Pute mit Früchten in Curryrahmsoße<br>Kokosreis<br>Vanillepudding<br>Schokoladensoße                  | Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung<br>Barbecuesoße<br>Bunter Salat, Dressing<br>Vanillepudding<br>Schokoladensoße |
|           | 594 kcal, 22g Eiweiß, 33g Fett, 51g KH, 4 BE  | 656 kcal, 41g Eiweiß, 22g Fett, 72g KH, 6 BE  | 646 kcal, 10g Eiweiß, 23g Fett, 97g KH, 8 BE  |
| <b>Fr</b> | Rotbarschfilet, gebraten<br>Petersiliensoße<br>Kartoffelsalat mit Joghurt-Dressing<br>Fruchtcocktail<br>Schlagsahne | Hackbraten (aus Schweinefleisch)<br>Rahmsoße<br>Wachsbrechbohnen<br>Salzkartoffeln<br>Fruchtcocktail<br>Schlagsahne | Vegetarisches Bami Goreng (Pikante Nudeln mit Asiagemüse)<br>Sojasoße<br>Fruchtcocktail<br>Schlagsahne                |
|           | 591 kcal, 37g Eiweiß, 26g Fett, 45g KH, 2 BE  | 594 kcal, 25g Eiweiß, 25g Fett, 64g KH, 4 BE  | 388 kcal, 12g Eiweiß, 15g Fett, 47g KH, 3 BE  |
| <b>Sa</b> | Wirsingkohleintopf mit Fleischeinlage (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>Paniertes Schweineschnitzel<br>Zwiebelsoße<br>Bohnen<br>Kartoffeln<br>Zitronen-Sahne-Pudding  | Allgäuer Käsesuppe<br>Truthahnkeulenbraten<br>Sauerrahmsoße<br>Rosenkohl<br>Kartoffeln<br>Zitronen-Sahne-Pudding    |   |
|           | 734 kcal, 31g Eiweiß, 25g Fett, 91g KH, 3 BE  | 725 kcal, 47g Eiweiß, 27g Fett, 69g KH, 3 BE  |   |



# Speisenangebot

Kalenderwoche : 41

vom 10.10.22 - 16.10.22

|           | <b>Menü 4 hits for kids</b>  | <b>Menü 5 fit &amp; trendy</b>  |
|-----------|--|---|
| <b>Mo</b> | Fischfilet, gebacken<br>Tomaten-Joghurt-Dip<br>Gemüsereis<br>Fruchtjoghurt   | Salat "Hawai" bunte Salate, Ananas,<br>Putenstreifen und Käse<br>Baguette & Dressing<br>Fruchtjoghurt                           |
|           | 388 kcal, 10g Eiweiß, 23g Fett, 36g KH, 3 BE   | 453 kcal, 23g Eiweiß, 14g Fett, 56g KH, 5 BE  |
| <b>Di</b> | Hühnerfrikassee mit Erbsen (ohne Champignons)<br>Balireis<br>Apfelgrütze<br>Vanillesoße                                  | Matjessalat mit Tomate, Gurke und Kräutern<br>Schwarzbrot & Butter<br>Apfelgrütze<br>Vanillesoße                                |
|           | 435 kcal, 32g Eiweiß, 7g Fett, 58g KH, 4 BE  | 728 kcal, 29g Eiweiß, 46g Fett, 53g KH, 4 BE  |
| <b>Mi</b> | Raviolis mit Rindfleischfüllung<br>Parmesan<br>Tomatensoße<br>Erdbeerquark   | Griechischer Salat mit Weißkohl & Gyros (vom<br>Schwein)<br>Baguette<br>Tzatzikidressing<br>Erdbeerquark                        |
|           | 783 kcal, 37g Eiweiß, 18g Fett, 118g KH, 2 BE  | 642 kcal, 23g Eiweiß, 27g Fett, 76g KH, 4 BE  |
| <b>Do</b> | Wiener Würstchen (mit Schweinefleisch)<br>Senf<br>Kartoffelsalat mit Tomate & Gurke<br>Vanillepudding<br>Schokoladensoße | Tomatensalat mit Mozzarellaperlen und<br>Basilikumdressing<br>Pane Bianco (ital. Weißbrot)<br>Vanillepudding<br>Schokoladensoße |
|           | 540 kcal, 10g Eiweiß, 23g Fett, 66g KH, 3 BE   | 510 kcal, 26g Eiweiß, 11g Fett, 75g KH, 5 BE  |
| <b>Fr</b> | Geflügelbratwurst<br>Geflügelsoße<br>Karotten-Stampfkartoffeln<br>Fruchtcocktail<br>Schlagsahne                          | Salat Wiener Art - Bunter Salat mit kaltem<br>Schweineschnitzel<br>Baguette & Dressing<br>Fruchtcocktail                        |
|           | 255 kcal, 7g Eiweiß, 6g Fett, 43g KH, 4 BE   | 494 kcal, 29g Eiweiß, 12g Fett, 54g KH, 4 BE  |

Raum für Notizen

---



---



---



---



---



---



---



---