

Woche
9.KW'13 (4)

SPEISEPLAN



Mini Vital

MO
25.02.

DI
26.02.

MI
27.02.

DO
28.02.

Menü 1	Menü 2	Menü 3	Salatplatte	Menü 5 - Hits
<p>vegetarisch</p> <p>Kartoffeltaschen mit Käse-Kräuterfüllung dazu Broccoli natur und Kräutersauce</p> <p></p> <p>100g enthalten: kJ 449 kcal 107 E 3 KH 10 Fett 6 ZS 4</p>	<p>Hühnerfrikassee mit Champignons und Spargel, dazu feine BIO- Erbsen und Reis</p> <p></p> <p>100g enthalten: kJ 303 kcal 96 E 9,2 KH 12,5 Fett 1,1 ZS 1,7</p>	<p>Vollkornspirelli "Napo- li" in fruchtiger Toma- tensauce, dazu Gurken- salat natur</p> <p></p> <p>100g enthalten: kJ 281 kcal 67 E 1,6 KH 11 Fett 1,8 ZS 2,3,4,12</p>	<p>"Oriental" mit Hähnchenbruststrei- fen, Ananas, Mandarine, Mandelsplittern und Currydressing</p> <p></p> <p>kJ 2285 kcal 544 E 22 KH 21 Fett 42 ZS 4</p>	<p>Gebratene Hähnchen- keule mit Kroketten und Gur- kensalat natur</p> <p></p> <p>100g enthalten: kJ 651 kcal 155 E 9,1 KH 13,5 Fett 7,1 ZS 2,3,4,12</p>
<p>Makkaroni- Käseauf- lauf mit Semmelbröseln und Karottensalat</p> <p></p> <p>100g enthalten: kJ 647 kcal 154 E 5 KH 20,8 Fett 5,5 ZS 1,2,3,12</p>	<p>Möhrensuppe "Haus- frauen Art" mit Kartoffeleinlage, Wurzelgemüse und Geflügelbuckwurst</p> <p></p> <p>100g enthalten: kJ 303 kcal 120 E 5,2 KH 5,8 Fett 0,4 ZS 0,7</p>	<p>Eieromelett mit Rahmspinat und hausgemachtem Kartof- felpüree</p> <p></p> <p>100g enthalten: kJ 297 kcal 71 E 3 KH 8 Fett 3 ZS 2,4</p>	<p>"Virginia" Salate der Saison mit Chicken Wings, Mais, Kidneybohnen und Ret- tich, dazu Cocktaildres- sing</p> <p></p> <p>kJ 2411 kcal 574 E 21 KH 15 Fett: 48 ZS 4</p>	<p>Geflügeldinos dazu Pommes Frites und Ketchup</p> <p></p> <p>100g enthalten: kJ 853 kcal 203 E 7,4 KH 11,4 Fett 14,2 ZS 2,6</p>
<p>Möhrenschnitzel mit Kartoffelgratin und Bohnsensalat in Rahm</p> <p></p> <p>100g enthalten: kJ 886 kcal 92 E 2,5 KH 8,2 Fett 5,3 ZS 2,3,12</p>	<p>Gedünstetes See- lachsfilet mit Paprikasauce, Salz- kartoffeln und Bohnensa- lat in Rahm</p> <p></p> <p>100g enthalten: kJ 337 kcal 85 E 4,3 KH 8,6 Fett 3,6 ZS 1,3,12</p>	<p>Chili con Carne (mild) mit Rinderhackfleisch, Paprika, Tomate und Kidneybohnen, dazu Reis</p> <p></p> <p>100g enthalten: kJ 500 kcal 119 E 6,5 KH 16,4 Fett 2,9 ZS -</p>	<p>Salatplatte Carmen Salate der Saison, Hähn- chen Nuggets, Mais, Farmer Mix und Toma- ten, dazu Currydressing</p> <p></p> <p>kJ 2478 kcal 590 E 20 KH 21 Fett 48 ZS 4,6</p>	<p>Currywurstgulasch Geflügelbuckwurstschei- ben in Currysauce, dazu knusprige Pommes Frites</p> <p></p> <p>100g enthalten: kJ 622 kcal 149 E 4,4 KH 13 Fett 8,8 ZS 2,6,7,10</p>
<p>Kartoffelrösti mit feinem Apfelmus und Krautsalat natur</p> <p></p> <p>100g enthalten: kJ 462 kcal 110 E 1 KH 14,5 Fett 5,2 ZS 2,3,12</p>	<p>Geflügelfrikadelle in herzhafter Sauce mit Rotkohl und Salzkartof- feln</p> <p></p> <p>100g enthalten: kJ 311 kcal 74 E 4 KH 10,1 Fett 1,8 ZS -</p>	<p>Fruchtige Tomaten- suppe mit einer Langkornreis- einlage und Fleischbäll- chen</p> <p></p> <p>100g enthalten: kJ 533 kcal 126 E 5,4 KH 15 Fett 4,8 ZS -</p>	<p>"Capriciosa" Salate der Saison, Gurke, Schinken, Käse und Rettichstreifen mit unse- rem Hausdressing</p> <p></p> <p>kJ 2545 kcal 606 E 32 KH 4 Fett 51 ZS 4,5,7</p>	<p>Fischlies mit hausgemachter Remouladensauce, Kar- toffelwedges und Kraut- salat</p> <p></p> <p>100g enthalten: kJ 899 kcal 214 E 4,7 KH 14,5 Fett 15,3 ZS 2,3,4,12</p>