



Woche 4
29.7.2024 - 4.8.2024
UKM-MHS



	Menü 1 Vollkost	Menü 2 Angepasste Vollkost	Menü 3 Vegetarisch	Abendbeilage
Mo	pikanter Heringstip ^{2,10,e,f,m} mit Prinzessbohnen dazu Bratkartoffeln Milchreis mit Zimt und Zucker ^m	Königsberger Klopse (Schwein) an Kapernsauce ^{g,m,g1} Rote Betesalat ⁴ und Dampfkartoffeln Milchreis mit Zimt und Zucker ^m	Tortellini mit Käsefüllung ^{g,m,g1} an Tomatensauce ^{g,m,g1} dazu Blattsalat ^{12,sen,sch} Milchreis mit Zimt und Zucker ^m	Möhren-Apfelsalat oder Tomate in Scheiben
	<i>728 kcal, 58g KH</i>	<i>470 kcal, 52g KH</i>	<i>778 kcal, 131g KH</i>	<i>58 kcal, 9g KH</i>
Di	Rindergeschnetzeltes Art Stroganoff ^{4,sen} mit Balkangemüse und Spätzle ^{g,e,g1} Fruchtkompott ^{2,12}	frisches Rührei ^{e,m} dazu Rahmspinat ^{g,m,g1} und Kartoffelpüree ^m Fruchtkompott ^{2,12}	frischer Apfelpannkuchen ^{g,e,m,g1} dazu Vanillesauce ^m Fruchtkompott ^{2,12}	Tomatensalat ^{sen}
	<i>499 kcal, 55g KH</i>	<i>431 kcal, 32g KH</i>	<i>536 kcal, 90g KH</i>	<i>41 kcal, 4g KH</i>
Mi	Münsterländer Linseneintopf ^{se} mit Mettwurst in Scheiben vom Schwein ^{1,2,16,g,e,m,n,se,sen,g1,g4,g5} Quarkcreme mit Waldbeeren ^m	Gemüse-Reispfanne mit Geflügelstreifen an Kräuterrahmsauce ^{g,m,g1} Quarkcreme mit Waldbeeren ^m	bunte Gemüselasagne mit Käse überbacken ^{g,e,m,g1} an Kräuterrahmsauce ^{g,m,g1} Quarkcreme mit Waldbeeren ^m	pikante Gurkenhappen ^{12,sen} oder Tomate in Scheiben
	<i>575 kcal, 59g KH</i>	<i>542 kcal, 68g KH</i>	<i>864 kcal, 82g KH</i>	<i>62 kcal, 13g KH</i>
Do	Knusper Hähnchenschnitzel ^{g,g1} an süß-saurer Sauce und Reis Chinakohlsalat ^{12,g,e,m,g1} Nougatcreme ^{m,n,n2}	leichter Hackbraten vom Schwein in eigener Sauce mit Gartengemüse ^{se} und Dampfkartoffeln Nougatcreme ^{m,n,n2}	Frühlingsrolle ^{g,e,so,g1} an süß-saurer Sauce und Reis dazu Chinakohlsalat ^{12,g,e,m,g1} Nougatcreme ^{m,n,n2}	bunter Zucchinisalat ^{sen} oder Tomate in Scheiben
	<i>691 kcal, 99g KH</i>	<i>627 kcal, 48g KH</i>	<i>713 kcal, 111g KH</i>	<i>64 kcal, 7g KH</i>
Fr	Fischfilet Bordelaise ^{g,f,g1} in Senfsauce ^{g,m,sen,g1} und Dampfkartoffeln dazu Gurkensalat ^{sen} Karamellpudding ^{m,n,n2}	Putengulasch in Pilz- Kräutersauce ¹² mit Kohlrabigemüse ^m und Nudeln ^{g,g1} Karamellpudding ^{m,n,n2}	Schmorkartoffeln mit Kräuterdip ^m und gebratenen Champignons ^m dazu Gurkensalat ^{sen} Karamellpudding ^{m,n,n2}	Wachsbohnenalat ^{sen} oder Tomate in Scheiben
	<i>380 kcal, 47g KH</i>	<i>711 kcal, 63g KH</i>	<i>645 kcal, 71g KH</i>	<i>57 kcal, 6g KH</i>
Sa	Gulaschsuppe mit Rindfleisch, Paprika und Kartoffeln Fruchtjoghurt ^m	Zucchiniauflauf mit Rinderhackfleisch ^{e,m} an Kräutersauce ^{g,m,g1} Fruchtjoghurt ^m	Spinatmedaillon ^{g,e,m,g1,g2} an Gorgonzolasauce ^{g,m,g1} und Kartoffelpüree ^m dazu Endivienmixsalat ^{12,g,e,m,g1} Fruchtjoghurt ^m	Kartoffelsalat ^{12,e,sen} oder Tomate in Scheiben
	<i>382 kcal, 45g KH</i>	<i>661 kcal, 53g KH</i>	<i>591 kcal, 67g KH</i>	<i>172 kcal, 17g KH</i>
So	Rinderroulade "Hausfrauen Art" ^{1,2,sen} in eigener Sauce Apfelrotkohl ² und Kartoffelknödel Sahnepudding mit Erdbeersauce ^m	Putenschnetzeltes mit Pfirsichen ^{g,m,g1} mit Möhren-Ingwergemüse und Reis Sahnepudding mit Erdbeersauce ^m	Champignon-Blätterteig- Tasche ^{g,e,m,g1,g2} an Kräutersauce ^{g,m,g1} mit Möhren-Ingwergemüse und Reis Sahnepudding mit Erdbeersauce ^m	Eiersalat mit Champignons und Spargel ^{2,12,g,e,m,g1} oder Tomate in Scheiben
	<i>577 kcal, 64g KH</i>	<i>764 kcal, 80g KH</i>	<i>891 kcal, 128g KH</i>	<i>201 kcal, 4g KH</i>

Änderungen vorbehalten

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Süßungsmittel; (10) enthält eine Phenylalaninquelle; (12) mit Farbstoff; (16) mit Phosphat
 Allergene: (g) Glutenhaltige Getreide -und erzeugnisse; (e) Eier und -erzeugnisse; (f) Fisch und -erzeugnisse; (so) Soja und -erzeugnisse; (m) Milch und -erzeugnisse; (n) Schalenfrüchte und -erzeugnisse; (se) Sellerie und -erzeugnisse; (sen) Senf und -erzeugnisse; (sch) Schwefeldioxid und Sulfite (>10mg/kg); (g1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (g2) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (g4) Roggen und Roggenerzeugnisse; (g5) Gerste und Gersteerzeugnisse; (n2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse

Guten Appetit wünscht Ihr Küchenteam!