



Woche 5
25.9.2023 - 1.10.2023
UKM-MHS



	Menü 1 Vollkost	Menü 2 Angepasste Vollkost	Menü 3 Vegetarisch	Abendbeilage
Mo	pikantes Rinderhacksteak ^{g,e,so,g1} an Pfeffersauce ^{2,12} dazu Bratkartoffeln und Krautsalat ² Quarkcreme mit Ananas ^m	gekochte Eier ^e in Senfsauce ^{g,m,sen,g1} dazu Romanescomix und Dampfkartoffeln Quarkcreme mit Ananas ^m	amerikanische Pancakes (süße Pfannkuchen) ^{g,e,m,g1,n2} Pfirsich-Mangokompott Quarkcreme mit Ananas ^m	pikante Gurkenhappen ^{12,sen} oder Tomate in Scheiben
	<i>778 kcal, 67g KH</i>	<i>439 kcal, 42g KH</i>	<i>690 kcal, 100g KH</i>	<i>61 kcal, 13g KH</i>
Di	Rahmgeschnetzeltes vom Schwein ¹² mit Speckbohnen ^{1,2} und Spätzle ^{g,e,g1} Schokoladenpudding ^m	Fricassee vom Huhn ^{g,m,g1} mit Erbsengemüse und Reis Schokoladenpudding ^m	vegane Falafel ^{g,g1} mit Kräuterdip ^m dazu Reis in Tomatensauce dazu Gurkensalat ^{sen} Schokoladenpudding ^m	Nudelsalat mit Mandarinen ^{12,g,e,sen,g1} oder Tomate in Scheiben
	<i>667 kcal, 58g KH</i>	<i>612 kcal, 74g KH</i>	<i>546 kcal, 78g KH</i>	<i>201 kcal, 26g KH</i>
Mi	Schweineschnitzel ^{g,g1} an Paprikasauce ^{4,se} mit Erbsen-Möhrengemüse und Schmorkartoffeln Mango-Quarkcreme ^m	Westfälische Kartoffelsuppe mit frischen Kräutern ^{12,se} Geflügelbrust ^{1,2,16} Mango-Quarkcreme ^m	Vegetarisches Schnitzel ^{g,e,m,g1,g5,g6} an Paprikasauce ^{g,m,g1} mit Erbsen-Möhrengemüse und Schmorkartoffeln Mango-Quarkcreme ^m	Kohlrabisalat ^{sen} oder Tomate in Scheiben
	<i>634 kcal, 70g KH</i>	<i>401 kcal, 42g KH</i>	<i>556 kcal, 59g KH</i>	<i>68 kcal, 9g KH</i>
Do	Kasseler(Schwein) ^{1,2} an pikanter Sauce mit Spitzkohlgemüse ^m und Dampfkartoffeln Obstsalat mit Vanillesauce ^{2,12,m}	Nudel-Gemüse-Auflauf mit Putenschinken und Käse überbacken ^{1,2,16,g,e,m,g1} an Tomatensauce ^{g,m,g1} Obstsalat mit Vanillesauce ^{2,12,m}	Tiroler Spätzle ^{g,e,g1} mit Käsesauce ^{12,g,m,g1} und Röstzwiebeln ^{g,g1} gemischter Salat ^{12,g,e,m,g1} Obstsalat mit Vanillesauce ^{2,12,m}	Tomate in Scheiben
	<i>574 kcal, 41g KH</i>	<i>631 kcal, 55g KH</i>	<i>717 kcal, 91g KH</i>	<i>11 kcal, 2g KH</i>
Fr	frische Kartoffel-Reibekuchen ^{g,e,se,g1,g6} dazu Apfelmus ² Latte-Macchiato-Creme ^m	mehliertes Flunderfilet ^{g,f,m,g1} an Dillsauce ^{g,m,g1} dazu Rahmspinat ^{g,m,g1} und Kartoffelpüree ^m Latte-Macchiato-Creme ^m	Hausgemachter Milchreis ^m mit heißen Schattenmorellen Latte-Macchiato-Creme ^m	pikante Gurkenhappen ^{12,sen} oder Tomate in Scheiben
	<i>581 kcal, 79g KH</i>	<i>456 kcal, 47g KH</i>	<i>535 kcal, 98g KH</i>	<i>62 kcal, 13g KH</i>
Sa	Maccaroni ^{g,e,g1} Carbonarasauce mit Putenschinken ^{1,2,12,16,g,m,g1} dazu gemischter Salat ^{12,g,e,m,g1} Frucht-Sahnejoghurt ^m	Münsterländer Steckerübeintopf ^{se} mit Rindfleischstreifen Frucht-Sahnejoghurt ^m	Maccaroni ^{g,e,g1} an Blattspinatkäsesauce ^{12,m} dazu gemischter Salat ^{12,g,e,m,g1} Frucht-Sahnejoghurt ^m	Vanillepudding mit Fruchtsoße ^m oder Tomate in Scheiben
	<i>792 kcal, 94g KH</i>	<i>327 kcal, 41g KH</i>	<i>642 kcal, 86g KH</i>	<i>99 kcal, 16g KH</i>
So	Rindergulasch ungarisch dazu Brocoligemüse und Spätzle ^{g,e,g1} Mandel-Kokoscreme ^m	Schweinebraten in Apfelsauce und Dampfkartoffeln Möhrenrohkost Mandel-Kokoscreme ^m	Waldpilze mit Kräuterrahm ^m dazu Brocoligemüse und Spätzle ^{g,e,g1} Mandel-Kokoscreme ^m	bunter Reissalat ^{12,g,e,m,se,g1} oder Tomate in Scheiben
	<i>567 kcal, 60g KH</i>	<i>560 kcal, 50g KH</i>	<i>559 kcal, 62g KH</i>	<i>112 kcal, 16g KH</i>

Änderungen vorbehalten

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Süßungsmittel; (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; (se) Sellerie und -erzeugnisse; (sen) Senf und -erzeugnisse; (g1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (g5) Gerste und Gersteerzeugnisse; (g6) Hafer und Hafererzeugnisse; (n2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse

Guten Appetit wünscht Ihr Küchenteam!