



Woche 1
2.10.2023 - 8.10.2023
UKM-MHS



	Menü 1 Vollkost	Menü 2 Angepasste Vollkost	Menü 3 Vegetarisch	Abendbeilage
Mo	Leberkäse, bayrisch ^{1,2} an pikanter Sauce mit Buttergemüse ^m und Dampfkartoffeln Stracciatella-Creme ^m	Hähnchen "Milanese" ^{g,m,g1} an Tomaten-Basilikum- Sauce ^{12,g,g1} mit Blumenkohl ^{g,m,g1} und Rosmarinkartoffeln Stracciatella-Creme ^m	veganes Cordon Bleu ^{g,so,g1} an Tomaten-Basilikum- Sauce ^{12,g,g1} mit Blumenkohl ^{g,m,g1} und Rosmarinkartoffeln Stracciatella-Creme ^m	pikante Gurkenhappen ^{12,sen} oder Tomate in Scheiben
	<i>527 kcal, 25g KH</i>	<i>583 kcal, 56g KH</i>	<i>476 kcal, 47g KH</i>	<i>62 kcal, 13g KH</i>
Di	Putengeschnetzeltes "Gyros Art" mit Tzatziki ^m und Tomatenreis und Krautsalat ² Birnenkompott ^{n,n2}	Kohlrabi-Kartoffelauflauf mit gek. Schinken vom Schwein ^{1,2,16,g,m,g1} an leichter Sauce Hollandaise ^{g,e,m,se,g1} Birnenkompott ^{n,n2}	Gemüse-Reispfanne an leichter Sauce Hollandaise ^{g,e,m,se,g1} Birnenkompott ^{n,n2}	bunter Erbsen- Maissalat oder Tomate in Scheiben
	<i>685 kcal, 72g KH</i>	<i>523 kcal, 52g KH</i>	<i>479 kcal, 70g KH</i>	<i>89 kcal, 8g KH</i>
Mi	Westfälischer Erbseneintopf ^{se} mit Mettwurst in Scheiben vom Schwein ^{1,2,16,g,e,m,n,se,sen,g1,g4,g5} Waldfruchtpudding ^m	Marinierte Hähnchenkeule an Salbeisauce mit Leipziger Allerlei und Dampfkartoffeln Waldfruchtpudding ^m	Gebackener Camembert ^{g,m,g1} und Preiselbeeren mit Pfirsich, Ananas dazu Rohkostsalat ^{12,g,e,m,sen,g1} Waldfruchtpudding ^m	Waldorfsalat (mit Sellerie) ^{12,g,e,so,m,n,se,sen,sch,g1,n2} oder Tomate in Scheiben
	<i>550 kcal, 68g KH</i>	<i>759 kcal, 48g KH</i>	<i>746 kcal, 65g KH</i>	<i>84 kcal, 7g KH</i>
Do	Schweineschnitzel ^{g,g1} an Paprikarahmsauce ^m und Dampfkartoffeln dazu Blattsalat ^{12,sen,sch} Quarkspeise ^m	gratinierter Zucchini mit Rinderhack gefüllt ^m an Kräutersauce ^{g,m,g1} und Dampfkartoffeln Quarkspeise ^m	Gemüsestrudel ^{g,m,se,g1} an Kräutersauce ^{g,m,g1} dazu Romanescogemüse und Dampfkartoffeln Quarkspeise ^m	Nudelsalat mit Mandarinen ^{12,g,e,sen,g1} oder Tomate in Scheiben
	<i>601 kcal, 57g KH</i>	<i>483 kcal, 37g KH</i>	<i>447 kcal, 54g KH</i>	<i>201 kcal, 26g KH</i>
Fr	Fisch-Schlemmerfilet ^{f,m} an Tomatensauce ^{g,m,g1} und Kartoffelpüree ^m dazu Möhrensalat Schokoladenpudding ^m	Putenbruststreifen "indische Art" ^{g,m,g1} dazu Erbsen und Reis Schokoladenpudding ^m	auf Vollkornspaghetti ^{g,g1} Vegetarische Linsenbolognese ^{se} Schokoladenpudding ^m	Gurkensalat ^m oder Tomate in Scheiben
	<i>516 kcal, 51g KH</i>	<i>601 kcal, 72g KH</i>	<i>318 kcal, 43g KH</i>	<i>82 kcal, 7g KH</i>
Sa	westfälischer Schnittbohneentopf mit Rindfleischstreifen Fruchtjoghurt ^m	Spinatpizza mit Tomate und Käse überbacken ^{g,m,g1} dazu gemischter Salat ^{12,g,e,m,g1} Fruchtjoghurt ^m	Hausgemachter Grießbrei ^{g,m,g1} Pfirsichkompott Fruchtjoghurt ^m	orientalischer Couscous- Salat ^{g,se,sen,g1} oder Tomate in Scheiben
	<i>339 kcal, 45g KH</i>	<i>573 kcal, 66g KH</i>	<i>460 kcal, 82g KH</i>	<i>155 kcal, 21g KH</i>
So	gekochtes Rindfleisch ^{se} in Zwiebelsauce ^{g,sen,g1} und Dampfkartoffeln dazu Blattsalatmix ^{12,g,e,m,sen,g1} Haselnusspudding ^{m,n,n2}	würziges Putenragout mit Kohlrabigemüse ^m und Dampfkartoffeln Haselnusspudding ^{m,n,n2}	Vollkorn- Gemüsebratling ^{g,e,se,g1} an Frühlingszwiebelsauce ¹² mit Kohlrabigemüse ^m und Wildreis Haselnusspudding ^{m,n,n2}	Eiersalat mit Champignons und Spargel ^{2,12,g,e,m,g1} oder Tomate in Scheiben
	<i>600 kcal, 58g KH</i>	<i>588 kcal, 48g KH</i>	<i>585 kcal, 91g KH</i>	<i>169 kcal, 4g KH</i>

Änderungen vorbehalten

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (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; (g4) Roggen und Roggenerzeugnisse; (g5) Gerste und Gersteuerzeugnisse; (n2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse

Guten Appetit wünscht Ihr Küchenteam!