






## Wochenspeiseplan für Sacre Coeur - Schneckengruppe vom 15. Januar 2018 - 19. Januar 2018

Das Kulinario Team wünscht "guten Appetit" und eine erholsame Pause!

Montag 15. Januar			
Tagessuppe	Gelbe Rübensuppe (A,G,L)	90 2 g 5 g 9 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Hauptspeise  	Putennaturschnitzel (C,F,G,L), Vollkornspiralen (A,C), Babykarotten (L)	405 31 g 7 g 53 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Tagesdessert	Obstsalat	117 1 g 0 g 26 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Dienstag 16. Januar			
Tagessuppe	Backerbsensuppe (A,C,G,L)	111 2 g 7 g 11 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Hauptspeise	gebratenes Zanderfilet (A,D), Couscous mit Gemüse (A,L), Salat (O)	382 36 g 12 g 33 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Tagesdessert	Apfel-Hollunderblütenjoghurt (G)	97 4 g 0 g 19 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Mittwoch 17. Januar			
Tagessuppe	Frittatensuppe (A,C,G,L)	108 4 g 5 g 11 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Hauptspeise  	Lasagne(Rind) (A,C,G,L), Salat (O)	543 26 g 25 g 51 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Tagesdessert	Vanillepudding (G)	154 3 g 7 g 19 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Donnerstag 18. Januar			
Tagessuppe	Grießnockerlsuppe (A,C,L)	74 2 g 3 g 9 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Hauptspeise 	Gnocchi mit Paradeissauce (A,C,G), Salat (O)	443 10 g 9 g 79 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Tagesdessert	Biskuitroulade (A,C)	217 4 g 3 g 43 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Freitag 19. Januar			
Tagessuppe	Lauch-Grießsuppe (A,G,L)	56 2 g 2 g 7 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Hauptspeise	Apfelstrudel (A,G), Vanillesauce (G)	594 10 g 17 g 98 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Tagesdessert	Banane	106 1 g 0 g 27 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate

### Deklarationspflichtige Zusatzstoffe und Allergeninformation gemäß Codexempfehlung

1 = Aspartam, A = glutenhaltiges Getreide, B = Krebstiere, C = Ei, D = Fisch, E = Erdnuss, F = Soja, G = Milch oder Laktose, H = Schalenfrüchte, L = Sellerie, M = Senf, N = Sesam, O = Sulfite, P = Lupinen, R = Weichtiere

 100% pflanzlich   
  enthält Alkohol   
  Fair   
  Fisch   
  Geflügel   
  Knoblauch   
  Lamm  
 Meeresfrüchte   
 Rind/Kalb   
 Schwein   
 Wild / **Symbole kennzeichnen ausschließlich das Hauptgericht**