

Wochenspeiseplan für Sacre Coeur - Schneckengruppe vom 08. Januar 2018 - 12. Januar 2018

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

Montag 08. Januar			
Tagessuppe	Zucchinicremesuppe (A,G,L)	102 3 g 7 g 7 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Hauptspeise	mediterrane Nudelpfanne (A,C,G), Karottensalat	449 14 g 15 g 62 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Tagesdessert	Fruchtjoghurt (G)	110 4 g 3 g 15 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Dienstag 09. Januar			
Tagessuppe	Bröselknödelsuppe (A,C,G,L)	114 3 g 1 g 16 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Hauptspeise	gebratenes Saiblingsfilet (A,D), Naturreis mit Erbsen, Eisbergsalat (O)	379 33 g 9 g 41 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Tagesdessert	Obst nach Saison	92 1 g 0 g 22 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Mittwoch 10. Januar			
Tagessuppe	Biskuitschöberlsuppe (A,C,L)	93 5 g 5 g 7 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Hauptspeise	Faschierte Laibchen (A), Natursauce (F,L), Erdäpfelpüree (G), Salat (O)	318 15 g 13 g 34 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Tagesdessert	Obstgarten (G)	153 6 g 5 g 21 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Donnerstag 11. Januar			
Tagessuppe	Knoblauchcremesuppe (A,G,L)	122 2 g 9 g 9 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Hauptspeise	Gemüsestrudel mit Sesam (A,C,G,N), Joghurt-Kräuterdip (G), Salzerdäpfel, Eisbergsalat (O)	441 20 g 13 g 59 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Tagesdessert	Obst nach Saison	92 1 g 0 g 22 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Freitag 12. Januar			
Tagessuppe	Frittatensuppe (A,C,G,L)	119 4 g 5 g 13 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Hauptspeise	Vegetarische Tortellini (A,C,G), Kräutersauce (G,L), Bunter Blattsalatmix (O)	436 16 g 13 g 63 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Tagesdessert	Linzerstangerl (A,C,F,G)	237 2 g 13 g 28 g	Kcal Eiweiß 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