

MENÜ

MITTAG

SUPPE & SALAT

Salatbuffet (# 1,3,9) (#A,C,G,I,J,K)

73 kcal, 2 g EW, 4 g F, 7 g KH, 5 g Bst

Spinat Kokos Suppe (#G #I)

50 kcal, 2 g EW, 3 g F, 2 g KH

.....

1

Bandnudeln mit Basilikum-Walnuss Pesto
gegrillten Kirschtomaten und frischem
Parmesan

(# A,E,H)

656 kcal, 23 g EW, 28 g F, 75 g KH,

2

Gebratener Tofu „Asia“ mit frischem
Wok-Gemüse

an Hoisin-Soße und Basmatireis (# A,C,F,I)

583 kcal, 24g EW, 12 g F, 89g KH

3

Gebratenes Fischfilet „Asia“ mit frischem
Wok Gemüse an Hoisin-Soße und

Basmatireis (#A,D,F,I)

586 kcal, 31 g EW, 12 g F, 84 g KH

.....

DESSERT

Joghurt mit Früchten (#G)

125 kcal, 4 g EW, 1 g F, 24 g KH

ABEND

Warmes Essen siehe Aushang
Wurst- und Käseauswahl, Salate
(# 1,2,3,9) (#A,C,G,I,J,K)

MENÜ

MITTAG

SUPPE & SALAT

Salatbuffet (# 1,3,9) (#A,C,G,I,J,K)

73 kcal, 2 g EW, 4 g F, 7 g KH, 5 g Bst

Klare Gemüsesuppe (#I)

40 kcal, 1 g EW, 3 g F, 2 g KH

1

Vegetarische Bowl mit Blumenkohl,
Blattspinat, Reis, Kichererbsen und Currydip
(#G)

571 kcal, 25 g EW, 18 g F, 70 g KH

2

Sellerie-Schnitzel in Knusperpanade mit
dunkler Soße an Tomaten-Zucchini-gemüse
und Salzkartoffeln (# A,C,G,H,I)

506 kcal, 16 g EW, 23 g F, 52 g KH

3

Hähnchenbrust in Knusperpanade mit
dunkler Soße an Tomaten-
Zucchini-gemüse und Salzkartoffeln
(#A,C,H,)

569 kcal, 41 g EW, 21 g F, 50 g KH

DESSERT

Reis Trauttmansdorff (#G)

215 kcal, 5 g EW, 5 g F, 36 g KH

ABEND

Warmes Essen siehe Aushang
Wurst- und Käseauswahl, Salate
(# 1,2,3,9) (#A,C,G,I,J,K)

MENÜ

MITTAG

SUPPE & SALAT

Salatbuffet (# 1,3,9) (#A,C,G,I,J,K)

73 kcal, 2 g EW, 4 g F, 7 g KH, 5 g Bst

Mulligatawnysuppe (fruchtige Currysuppe) (#A,G)

178 kcal, 2 g EW, 11 g F, 18 g KH

.....

1

Hausgemachte Kartoffelrösti mit
Farmersalat, Hüttenkäse und Kürbiskerne

(#A,C,G,I)

589 kcal, 18g EW, 27g F, 62g KH

2

Grünkernbratling an Bohnen
mit Kartoffeln und Zwiebelsoße (#A,C,G)

743 kcal, 25g EW, 21gF, 101g KH

3

Frikadelle an Bohnen
mit Kartoffeln und Zwiebelsoße (#A,C)

613 kcal, 33 g EW, 25 g F, 58 g KH

.....

DESSERT

Himbeergelee mit Sahnehäubchen (#1) (#G)

118 kcal, 2 g EW, 3 g F, 20 g KH

ABEND

Kleines Käsebuffet mit Weintrauben und (#G)
hausgemachtem Küstenbrot (#A)
Wurst- und Käseauswahl, Salate
(# 1,2,3,9) (A,C,G,I,J,K)

MENÜ

MITTAG

SUPPE & SALAT

Salatbuffet (# 1,3,9) (#A,C,G,I,J,K)

73 kcal, 2 g EW, 4 g F, 7 g KH, 5 g Bst

Rinderkraftbrühe mit Grießklößchen

(#A,C,G,I) (#3)

89 kcal, 3 g EW, 6 g F, 7 g KH

.....

1

Gebackener Hirtenkäse an tomatisierten
Bohnen und frischem Baguette

(#G,A)

661 kcal, 33 g EW, 36 g F, 48 g KH

2

Vegetarische Bratwurst
mit Ananaskraut, Kartoffelstampf
und Bratensoße

(#G,I)

514 kcal, 17g EW, 23g F, 51g KH

3

Geflügelbratwurst
mit Ananaskraut, Kartoffelstampf
und Bratensoße

(#A,)

542 kcal, 28 g EW, 25 g F, 47 g KH

.....

DESSERT

Eistörtchen Erdbeere „Royal“

164 kcal, 2 g EW, 15 g F, 22 g KH (#G)

ABEND

Warmes Essen siehe Aushang
Wurst- und Käseauswahl, Salate
(# 1,2,3,9) (#A,C,G,I,J,K)

MENÜ

MITTAG

SUPPE & SALAT

Salatbuffet (# 1,3,9) (#A,C,G,I,J,K)

73 kcal, 2 g EW, 4 g F, 7 g KH, 5 g Bst

Zucchini cremesuppe (#G)

119 kcal, 3 g EW, 7 g F, 8 g KH

1

Vegetarische Tortellini mit Rucola und
Gorgonzolasoße

(#G,I,A,C)

853 kcal, 29g EW, 28g F, 119g KH

2

Erbsenpüree mit Spiegelei, Röstzwiebeln
und rote Bete

(#G,C)

486 kcal, 20 g EW, 20 g F, 46 g KH

3

Hausgemachtes Labskaus
mit Spiegelei und Rollmops

(#C,D)

410 kcal, 20 g EW, 17 g F, 29 g KH

DESSERT

Apfel-Mango-Grütze

104 Kcal, 0g EW, 0g F, 24g KH

ABEND

Wiener Würstchen und Kartoffelsalat (#G,C,I,J)

Wiener Würstchen (vegan) und Kartoffelsalat

Wurst- und Käseauswahl, Salate

(# 1,2,3,9) (A,C,G,I,J,K)

Menü

Mittag

VORSPEISE

Kürbiscremesuppe

HAUPTGANG

Tempeh - Geschnetzeltes mit buntem Gemüse und
Rösti-Ecken **(1)**

oder

Putengeschnetzeltes "Züricher Art" mit buntem
Gemüse und Rösti-Ecken **(2)**

NACHSPEISE

Waldbeerensahneschnitte

Abend

Räucherlachs mit Meerrettichsahne
Laugengebäck und Baguette

MENÜ

MITTAG

SUPPE & SALAT

Salatbuffet (# 1,3,9) (#A,C,G,I,J,K)

73 kcal, 2 g EW, 4 g F, 7 g KH, 5 g Bst

Kraftbrühe mit Gemüsejulienne

14 kcal, 1 g EW, 0 g F, 2 g KH
.....

1

Gemüseragout mit Eiern im Reisrand

(#A,C,G,)

647 kcal, 29 g EW, 24 g F, 74 g KH

2

Rinderroulade „Hausfrauen Art“
mit Apfelrotkohl und Kartoffeln

(#2,3,10) (#J)

605 kcal, 32 g EW, 27 g F, 52 g KH
.....

DESSERT

Mousse au Chocolat (#G,F)

145 kcal, 5 g EW, 8 g F, 12 g KH

ABEND

Warmes Essen siehe Aushang
Wurst- und Käseauswahl, Salate

(# 1,2,3,9) (# A,C,G,I,J,K)