



Speiseplan vom 13.11.2017 bis 19.11.2017, 46. Kalenderwoche

	Montag 13.11.2017	Dienstag 14.11.2017	Mittwoch 15.11.2017	Donnerstag 16.11.2017	Freitag 17.11.2017
	<p><b>Broccolicrèmesuppe mit gerösteten Mandelblättchen</b></p> <p>Energie 419,9 Fett 27,8 g gesättigte Fettsäure 13,7 g KH 30,8 g Zucker ges. 6,6 g Eiweiß 10,5 g Salz 7,1 g</p> <p>Zusatzstoffe a, m Allergene GL, SO, MI, SF, G WE, S MA Informationen 1</p> <p>Preis 3,20 €</p>	<p><b>Ägyptischer Erbseneintopf "Nea-Nea" mit Karotten und Staudensellerie</b></p> <p>Energie 138 Fett 4,7 g gesättigte Fettsäure 2,8 g KH 18,2 g Zucker ges. 15,3 g Eiweiß 5,9 g Salz 2 g</p> <p>Preis 3,20 €</p>	<p><b>Milchreis mit Zimt/Zucker und Pflaumenkompott</b></p> <p>Energie 738,5 Fett 7 g gesättigte Fettsäure 4,5 g KH 148,6 g Zucker ges. 93,1 g Eiweiß 19,6 g Salz 0,6 g</p> <p>Preis 3,20 €</p>	<p><b>Zucchini-Kartoffelsuppe mit hausgemachten Croutons und Kräuterschmand</b></p> <p>Energie 428,8 Fett 30 g gesättigte Fettsäure 12,5 g KH 29,3 g Zucker ges. 6,7 g Eiweiß 8,9 g Salz 2,6 g</p> <p>Preis 3,20 €</p>	<p><b>Kürbissuppe mit Inwer und Kräuterschmand</b></p> <p>Energie 219 Fett 12,8 g gesättigte Fettsäure 8,5 g KH 19 g Zucker ges. 17,6 g Eiweiß 5,8 g Salz 4,1 g</p> <p>Preis 3,20 €</p>
	<p><b>Bolognese vom Schwein und Rind mit BIO-Linguine und Grana Padano</b></p> <p>Energie 743,1 Fett 32,9 g gesättigte Fettsäure 13,9 g KH 72,2 g Zucker ges. 8,2 g Eiweiß 38,4 g Salz 2,6 g</p> <p>Zusatzstoffe a, b Allergene GL, EI, SO, MI, G WE Informationen 1, 9, 17, 18, 19, 22, 31</p> <p>Preis 3,80 €</p>	<p><b>Schweine-Fleisch-Streifen in Bärlauchsoße dazu Kräuterreis und Bohnensalat</b></p> <p>Energie 611,3 Fett 21,4 g gesättigte Fettsäure 5,6 g KH 67,3 g Zucker ges. 4,9 g Eiweiß 37,6 g Salz 2,9 g</p> <p>Preis 3,80 €</p>	<p><b>Putenrollbraten mit Kaisergemüse und Kartoffeln</b></p> <p>Energie 475,5 Fett 21,3 g gesättigte Fettsäure 8,6 g KH 42 g Zucker ges. 9,1 g Eiweiß 27,6 g Salz 6,1 g</p> <p>Preis 3,80 €</p>	<p><b>Hänchenbrust mit Spinat und Sesam an gelben Jasminreis</b></p> <p>Energie 427,8 Fett 8,4 g gesättigte Fettsäure 1,1 g KH 56,4 g Zucker ges. 4,8 g Eiweiß 29,4 g Salz 0,8 g</p> <p>Preis 3,80 €</p>	<p><b>Feines Rinderragout mit Champignons und BIO-Spätzle</b></p> <p>Energie 294,7 Fett 11,9 g gesättigte Fettsäure 3,7 g KH 23,4 g Zucker ges. 4,1 g Eiweiß 22,8 g Salz 7,6 g</p> <p>Preis 3,80 €</p>
	<p><b>Vegane Couscous-Gemüsepfanne, auf Wunsch auch mit Koriander-Joghurt dip</b></p> <p>Energie 673,8 Fett 22,8 g gesättigte Fettsäure 3,8 g KH 92,8 g Zucker ges. 17,1 g Eiweiß 21,9 g Salz 1,8 g</p> <p>Zusatzstoffe Allergene GL, MI, SM, G WE Informationen 1, 27, 28</p> <p>Preis 3,80 €</p>	<p><b>Brokkoli-Nudelauflauf mit Hirtenkäse und Basilikum-Tomatensoße</b></p> <p>Energie 1009 Fett 46,5 g gesättigte Fettsäure 21,9 g KH 96,6 g Zucker ges. 13,7 g Eiweiß 48,7 g Salz 3,9 g</p> <p>Preis 3,80 €</p>	<p><b>Gnoccis mit Zucchini, Tomaten und Salbeipesto</b></p> <p>Energie 494,7 Fett 8,6 g gesättigte Fettsäure 1,1 g KH 93,5 g Zucker ges. 20 g Eiweiß 8,9 g Salz 2,8 g</p> <p>Preis 3,80 €</p>	<p><b>Farfalle mit Brokkoli, Tomate dazu Rauke-Mandel-Pesto und Ruccula</b></p> <p>Energie 673,2 Fett 31,7 g gesättigte Fettsäure 4,6 g KH 73,8 g Zucker ges. 8,7 g Eiweiß 21,8 g Salz 2,4 g</p> <p>Preis 3,80 €</p>	<p><b>Mediterrane Kartoffel-Gemüsepfanne, auf Wunsch mit Hirtenkäse</b></p> <p>Energie 463,8 Fett 24,4 g gesättigte Fettsäure 9,7 g KH 42,1 g Zucker ges. 14,5 g Eiweiß 16,7 g Salz 4 g</p> <p>Preis 3,80 €</p>
Aktion: CROSSOVER					
	<p><b>Blumenkohl &amp; Kakao: Coq au vin, dazu Blumenkohl mit Kakao und Stampfkartoffeln</b></p> <p>Energie 1137,4 Fett 72,4 g gesättigte Fettsäure 22,4 g KH 38,5 g Zucker ges. 10,7 g Eiweiß 61,3 g Salz 3,2 g</p> <p>Zusatzstoffe a, b, c Allergene GL, SO, MI, SU, G WE Informationen 1, 13, 16, 19, 34</p> <p>Preis 4,90 €</p>	<p><b>Aubergine &amp; Granatapfel: Gebackene Aubergine mit Ziegenfrischkäse und Granatapfelkernen</b></p> <p>Energie 725,1 Fett 38,4 g gesättigte Fettsäure 22,4 g KH 38,5 g Zucker ges. 10,7 g Eiweiß 61,3 g Salz 3,2 g</p> <p>Preis 4,90 €</p>	<p><b>Stilton &amp; Birne: Birnen, Stilton und Kartoffeln im Strudelblatt gebacken auf Velouté mit Rucola</b></p> <p>Energie 538,9 Fett 23,2 g gesättigte Fettsäure 14,7 g KH 61,4 g Zucker ges. 22 g Eiweiß 19,4 g Salz 4,2 g</p> <p>Preis 4,90 €</p>	<p><b>Rüebli &amp; Zitrone &amp; Lorbeer: Geschmortes Jungschaf, dazu Zitronen-Rüebli und frische Eier-Knöpfe</b></p> <p>Energie 708,6 Fett 32,6 g gesättigte Fettsäure 12,8 g KH 57,2 g Zucker ges. 18,3 g Eiweiß 44,6 g Salz 11,2 g</p> <p>Preis 4,90 €</p>	<p><b>Garnelen &amp; Vanille &amp; Zimt: Garnelenspieß auf Linguine mit gebackenem Kürbis</b></p> <p>Energie 505,1 Fett 12,1 g gesättigte Fettsäure 1,1 g KH 68,6 g Zucker ges. 9,2 g Eiweiß 28,3 g Salz 4,1 g</p> <p>Preis 4,90 €</p>



\* gilt nur für die mit „BIO“ gekennzeichneten Menükomponenten

Bei Wünschen, Anregungen und Kritik schreiben Sie uns gerne an: [casino@wzb.eu](mailto:casino@wzb.eu)