


SPEISEPLAN

für die Woche

29.04.2024 - 03.05.2024

Tag	Reduktion	
Montag 29.04.2024	Nasi Goreng ^{A, AA, G, K} Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Fruchtjoghurt ^{B, H, 7}	
	547 kcal; 21 g Fett; 58 g KH; 28 g Eiweiß	
Dienstag 30.04.2024	Pikanter Gemüse-Kartoffelauflauf ^{B, D, H} Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Quarkdessert ^{B, H}	
	551 kcal; 33 g Fett; 47 g KH; 12 g Eiweiß	
Mittwoch 01.05.2024	1.Mai	
Donnerstag 02.05.2024	Schweinesteak ^{A, AA} Champignonrahmsoße ^{A, AA, B, H} Kroketten ^{A, AA, B, H} Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Stracciatella-Joghurt ^{B, H}	
	671 kcal; 25 g Fett; 78 g KH; 31 g Eiweiß	
Freitag 03.05.2024	Sauerkrautsuppe ⁶ Brötchen ^{A, AA} Riegel ^{A, AA, AE, AF, B, D, F, G, H, I, IB}	
	549 kcal; 23 g Fett; 54 g KH; 29 g Eiweiß	

[A] Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, [AA] Weizen und Weizenerzeugnisse, [AE] Gerste und Gersteerzeugnisse, [AF] Hafer und Hafererzeugnisse, [B] Laktose, [D] Eier und -erzeugnisse, [F] Erdnüsse und -erzeugnisse, [G] Soja und -erzeugnisse, [H] Milch und -erzeugnisse, [I] Schalenfrüchte und -erzeugnisse, [IB] Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse, [J] Sellerie und -erzeugnisse, [K] Senf und -erzeugnisse (1) mit Konservierungsstoff, (2) mit Antioxidationsmittel, (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, (7) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, (21) unter Verwendung von Milch, (22) unter Verwendung von Sahne, (43) enthält keine deklarationspflichtigen Zusatzstoffe, (44) das Produkt enthält keine Zusatzstoffe