



**Speiseplan
vom 13.06. bis 19.06.2022**



Woche 1	Vollkost	Leichte Vollkost	Vegetarische Kost
Montag 13.06.2022	Gebratenes Schweinesteak mit Kräuterbutter, Prinzessbohnen und Kroketten Nährwert: 483 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10	Fischroulade mit Gemüse-Dillrahmsoße dazu Reis Nährwert: 318 kcal / Allergene: 4,7,9,p	Soja-Frikassee mit Möhren, Spargel, Erbsen und Reis Nährwert: 381 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10,12,c
Dienstag 14.06.2022	Hirtenrolle mit Letscho und Reis Nährwert: 542 kcal / Allergene: 1,3,6,7	Hühner-Nudeleintopf mit buntem Gemüse dazu Vollkornbrot Nährwert: 421 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10	Kartoffelpuffer mit Apfelmus und Zimt & Zucker Nährwert: 587 kcal / Allergene: 1,3,c
Mittwoch 15.06.2022	Jägerschnitzel mit Tomatensoße und Nudeln Nährwert: 778 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10	Currygeschnetzeltes mit Möhren und Wildreismix Nährwert: 508 kcal / Allergene: 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,14	Gemüsebolognese mit Nudeln und geriebenem Hartkäse Nährwert: 430 kcal / Allergene: 1,3,6,7,b
Donnerstag 16.06.2022	Kesselgulasch mit Rindfleisch, Paprika und Kartoffeln, dazu Vollkornbrot Nährwert: 358 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10	Königsberger Klopse mit feiner Kapernsoße, Rote Bete und Kartoffeln Nährwert: 427 kcal / Allergene: 3,7,i	Käseschnitzel mit Grillgemüse und Kartoffelpüree Nährwert: 380 kcal / Allergene: 1,3,7,9,a,p
Freitag 17.06.2022	Gebratenes Kabeljaufilet mit Möhren und Bechamelkartoffeln Nährwert: 353 kcal / Allergene: 1,3,4,7,9,10	Putenbrustfilet und Spargel in holländischer Soße und Kartoffeln Nährwert: 325 kcal / Allergene: 3,7	Nudeln mit Arrabiata-Tomatensoße Nährwert: 707 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9
Samstag 18.06.2022	Grüner Bohn Eintopf mit Rindfleisch, dazu Vollkornbrot Nährwert: 235 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10	Rinderrahmgeschnetzeltes mit Pilzen und Reis Nährwert: 330 kcal / Allergene: 1,3,7,9,10	Soja-Nuggets mit Buttererbsen und Kartoffelpüree Nährwert: 536kcal / Allergene: 1,6,7,9,10,11,p
Sonntag 19.06.2022	Rinderroulade mit Bratensoße, Broccoli und Spätzle Nährwert: 363 kcal / Allergene: 1,3,6,10	Geflügelbratwürstchen mit Blumenkohl, Rahmsoße und Kartoffeln Nährwert: 384 kcal / Allergene: 1,6,7,9,10	Pikantes Chili sin Carne mit Bohnen, Mais und Reis Nährwert: 243 kcal / Allergene: 6,9

Alternativ können Sie täglich das Schnitzergemüse oder eine Süßspeise wählen.

Zu jeder Mittagsmahlzeit bieten wir Ihnen ein täglich wechselndes Dessert oder frisches Obst an. Die Kennzahlen beziehen sich auf Zusatzstoffe oder Allergene und werden Ihnen durch die Verpflegungsmitarbeiter näher erläutert. Bei den genannten Nährwerten handelt es sich um kalkulatorische Durchschnittswerte. Für Fragen, Kritik und Anregungen stehen wir gern persönlich zur Verfügung oder Sie senden uns eine E-Mail: umr-service@umr-service.de

Schnitzel "Wiener Art"
mit Mischgemüse und Kartoffeln

Nährwert: 369 kcal / Allergene: 1,3,7,9,10

Milchreis mit Zimt & Zucker

Nährwert: ~400 kcal / Allergene: c,1,3,6,7

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!