



montag 06.11.2023

dienstag 07.11.2023

mittwoch 08.11.2023

donnerstag 09.11.2023

freitag 10.11.2023

<b>tagesmenü 1</b> 	Leberknödelsuppe vom Rind <b>AL</b> MSC-Tomaten-Knusperfisch <b>AD</b> mit Bio-Reis <b>G</b> dazu Gurkensalat mariniert mit Sonnenblumenkerne	Kichererbsensuppe <b>G</b> Grießkoch nach Oma's Art <b>GA</b> dazu Benco und Bio-Milch <b>G</b>	Bio-Spiralen <b>GA</b> mit Sauce Bolognese vom Bio-Rind <b>GAL</b> und Parmesan <b>G</b> dazu grüner Salat Obst	Gebackener BBQ Karfiol <b>A</b> dazu Knoblauchdip <b>GA</b> und Bio-Erdäpfel mit Petersilie Vollkorn-Mandarinen-Topfenkuchen <b>GAC</b>	Tunesischer Gemüsetopf <b>FL</b> mit CousCous <b>A</b> und Orientalischer Salat Bio-Joghurt mit Honig und Cornflakes <b>GA</b>	
	Ei = 15,8 / Ft = 16,3 / Kh = 53,8 / kCal = 433,5 / kj = 1814 / BE = 4,5	Ei = 18,7 / Ft = 14,4 / Kh = 64,2 / kCal = 468,9 / kj = 1962 / BE = 5,3	Ei = 21,6 / Ft = 8,8 / Kh = 81,1 / kCal = 502,9 / kj = 2104 / BE = 5,9	Ei = 11,1 / Ft = 31,2 / Kh = 62,9 / kCal = 587,0 / kj = 2456 / BE = 5,1	Ei = 11,3 / Ft = 9,4 / Kh = 60,9 / kCal = 382,2 / kj = 1599 / BE = 5,0	
	<b>tagesmenü 2</b> schweinefleischfrei 	Gulasch mit Bio-Erdäpfel und Wursteinlage <b>A</b> dazu Vollkornbrot <b>AFN</b> Vollkorn-Kürbiskuchen <b>GAHC</b>	Linsen-Lasagne <b>GACL</b> dazu Eisbergsalat mit Kürbiskernen Obst	Brokkolicremesuppe <b>GAL</b> Apfelreisauflauf <b>GC</b> dazu fruchtiges Erdbeermus und Bio-Milch <b>G</b>	Esterhazybraten vom Bio-Rind <b>GALM</b> mit Preiselbeeren und Bio-Bauernspätzle <b>GA</b> Bio-Joghurt mit Lemon <b>G</b>	Rindersuppe mit Bio-Buchstaben <b>AL</b> Gefüllter Paprika <b>GAC</b> mit Tomatensauce <b>A</b> und Bio-Salzerdäpfel <b>G</b> dazu bunter Blattsalat
		Ei = 13,7 / Ft = 21,9 / Kh = 60,9 / kCal = 501,7 / kj = 2099 / BE = 4,8	Ei = 10,8 / Ft = 8,8 / Kh = 45,7 / kCal = 321,2 / kj = 1344 / BE = 3,3	Ei = 14,1 / Ft = 19,8 / Kh = 66,6 / kCal = 508,8 / kj = 2129 / BE = 5,5	Ei = 33,7 / Ft = 16,5 / Kh = 59,0 / kCal = 526,4 / kj = 2203 / BE = 4,9	Ei = 12,1 / Ft = 7,5 / Kh = 52,7 / kCal = 334,6 / kj = 1400 / BE = 4,3
		<b>tagesmenü 3</b> vegetarisch 	Überbackene Canneloni mit Ricotta <b>GACL</b> dazu Salat Obst	Planted Chicken vom Wok <b>AFN</b> mit Bio-Reis <b>G</b> und Karotten-Krautsalat Krapfen <b>GAC</b>	Bunter Gemüseintopf <b>GA</b> mit Bio-Erdäpfel und Kräuter dazu Eisbergsalat Panna Cotta mit Erdbeer <b>G</b>	Bio-Hörnchen <b>GA</b> mit Paprikasauce <b>GA</b> und Blattsalat Obst
Ei = 11,5 / Ft = 8,1 / Kh = 44,6 / kCal = 304,3 / kj = 1273 / BE = 3,6			Ei = 21,3 / Ft = 8,7 / Kh = 83,1 / kCal = 500,5 / kj = 2094 / BE = 5,9	Ei = 7,3 / Ft = 17,6 / Kh = 42,4 / kCal = 364,2 / kj = 1524 / BE = 3,5	Ei = 11,7 / Ft = 4,9 / Kh = 71,3 / kCal = 388,0 / kj = 1624 / BE = 6,0	Ei = 17,9 / Ft = 19,8 / Kh = 81,6 / kCal = 586,6 / kj = 2455 / BE = 6,6
<b>tagesmenü 4</b> 			Gemüsesuppe mit Grießdukaten <b>GACFL</b> Putengeschnetzeltes <b>GAL</b> mit Bio-Spätzle "Max & Moritz" <b>AC</b>	Bio-Gnocchi <b>GA</b> mit Spinat-Oberssauce <b>GA</b> und Parmesan <b>G</b> dazu Eisbergsalat Bio-Joghurt mit Weichseln <b>G</b>	Kräftiger Linsentopf <b>ADM</b> mit Bio-Serviettenknödel <b>GAC</b> dazu grüner Salat Schoko-Pudding mit Bio-Milch <b>G</b>	Knoblauchcremesuppe <b>GAL</b> Nougatknödel mit Kokosflocken <b>GAHC</b> und Bio-Milch <b>G</b>
	Ei = 26,3 / Ft = 12,9 / Kh = 61,1 / kCal = 474,6 / kj = 1986 / BE = 5,0		Ei = 16,3 / Ft = 17,3 / Kh = 72,9 / kCal = 521,0 / kj = 2180 / BE = 6,3	Ei = 19,7 / Ft = 11,0 / Kh = 59,1 / kCal = 415,8 / kj = 1740 / BE = 4,6	Ei = 19,7 / Ft = 34,6 / Kh = 67,5 / kCal = 665,6 / kj = 2785 / BE = 5,7	Ei = 22,0 / Ft = 13,4 / Kh = 23,9 / kCal = 307,2 / kj = 1286 / BE = 1,9
	<b>jause 1</b> 		Kürbiskernbrot <b>AF</b> mit Putenextra und ein Apfel	Dinkelweckerl <b>AFN</b> mit Gouda <b>G</b> und Spitzpaprika	Mohnstriezel <b>AF</b> mit Butter laktosefrei <b>G</b> und Karotten	Vollkornbrot <b>AFN</b> mit hausgemachtem Putenschinkenaufstrich <b>CM</b> und eine Clementine
		kcal = 290, E = 12g, F = 9g, KH = 40g, BE = 3,3	kcal = 218, E = 14g, F = 10g, KH = 18g, BE = 1,5	kcal = 219, E = 4g, F = 14g, KH = 18g, BE = 1,5	kcal = 235, E = 9g, F = 8g, KH = 31g, BE = 2,5	kcal = 362, E = 12g, F = 11g, KH = 51g, BE = 4,3
		<b>jause 2</b> vegetarisch 	Kürbiskernbrot <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und ein Apfel	Dinkelweckerl <b>AFN</b> mit Frischkäse <b>G</b> und Spitzpaprika	Mohnstriezel <b>AF</b> mit Eckerlkäse <b>G</b> und Karotten	Vollkornbrot <b>AFN</b> mit Edamer <b>G</b> und eine Clementine
kcal = 369, E = 9g, F = 20g, KH = 40g, BE = 3,3			kcal = 190, E = 9g, F = 8g, KH = 20g, BE = 1,6	kcal = 214, E = 8g, F = 12g, KH = 19g, BE = 1,6	kcal = 304, E = 17g, F = 12g, KH = 31g, BE = 2,7	kcal = 330, E = 10g, F = 8g, KH = 53g, BE = 4,4



montag 13.11.2023

dienstag 14.11.2023

mittwoch 15.11.2023

donnerstag 16.11.2023

freitag 17.11.2023

	montag 13.11.2023	dienstag 14.11.2023	mittwoch 15.11.2023	donnerstag 16.11.2023	freitag 17.11.2023
<b>tagesmenü 1</b>	Rindersuppe mit Bio-Nudeln <b>AL</b> Schweizer-Erdpfelauflauf mit Putenschinken <b>GACFL</b> und Dipsauce dazu Mais-Paprikasalat Ei = 11,7 / Ft = 11,5 / Kh = 39,2 / kCal = 314,5 / kj = 1316 / BE = 3,2	Kürbiscremesuppe <b>GAL</b> Hausgemachte Mohnbuchteln <b>GAC</b> mit Vanillesauce <b>G</b> und Bio-Milch <b>G</b> Ei = 21,0 / Ft = 27,5 / Kh = 83,7 / kCal = 672,3 / kj = 2813 / BE = 6,9	<del>Puten-Selchroller dazu Sauerkraut <b>A</b> und Bio-Erdäpfelpüree <b>G</b> Vollkorn-Gewürzkuchen <b>GAC</b> Ei = 19,2 / Ft = 18,7 / Kh = 37,3 / kCal = 399,2 / kj = 1671 / BE = 3,0</del>	Herzhafte Gemüsehili <b>A</b> dazu Vollkornbrot <b>AFN</b> Obst Ei = 11,9 / Ft = 2,7 / Kh = 51,5 / kCal = 284,7 / kj = 1192 / BE = 4,0	Reisfleisch vom Schwein dazu Bummerlsalat mit Kürbiskernen Bio-Joghurt mit Apfel-Zimt <b>G</b> Ei = 18,1 / Ft = 19,0 / Kh = 40,7 / kCal = 411,7 / kj = 1723 / BE = 3,3
<b>tagesmenü 2</b> schweinefleischfrei	Gemüsesuppe mit Bio-Nudeln <b>AFL</b> Gratinierter Seelachs auf italienische Art <b>GD</b> dazu Bio-Erdäpfel mit Petersilie und bunter Bohnensalat Ei = 22,2 / Ft = 7,0 / Kh = 34,7 / kCal = 294,7 / kj = 1233 / BE = 2,8	<b>Bio-Spiralen GA</b> mit Paradeissauce <b>A</b> und Parmesan <b>G</b> dazu grüner Salat Lebkuchenpudding mit Bio-Milch <b>G</b> Ei = 15,2 / Ft = 10,0 / Kh = 77,5 / kCal = 467,1 / kj = 1954 / BE = 6,4	<del>Gelbe Linsen-Karottensuppe <b>G</b> cremiger Milchreis mit Birne <b>G</b> und Zimtucker dazu Bio-Milch <b>G</b> Ei = 17,4 / Ft = 13,5 / Kh = 81,5 / kCal = 536,5 / kj = 2245 / BE = 6,0</del>	<b>Hühner-Kebab GAF</b> mit Tzatziki <b>GCM</b> und Bio-Reis mit Kräutern Obst Ei = 31,1 / Ft = 29,5 / Kh = 44,0 / kCal = 600,0 / kj = 2511 / BE = 3,6	Rahmkürbis mit Spinat <b>GA</b> dazu Bio-Gnocchi <b>GA</b> und Bummerlsalat mit Sonnenblumenkernen Vollkorn-Mohnkuchen <b>GAC</b> Ei = 12,6 / Ft = 18,7 / Kh = 82,0 / kCal = 555,6 / kj = 2325 / BE = 7,1
<b>tagesmenü 3</b> vegetarisch	Karamalisierte Krautfleckerl <b>A</b> dazu bunter Blattsalat Bio-Topfen mit Früchten <b>G</b> Ei = 13,2 / Ft = 9,9 / Kh = 57,1 / kCal = 380,1 / kj = 1591 / BE = 4,9	<b>Rote Rübenknödel GAC</b> mit Käsesauce <b>GA</b> dazu grüner Salat Obst Ei = 9,8 / Ft = 13,1 / Kh = 39,4 / kCal = 320,3 / kj = 1340 / BE = 3,3	<del>Frühlingsrolle <b>GACL</b> dazu Bio-Reis gebraten mit Bio-Ei <b>ACFN</b> und Chinakohlsalat Bio-Joghurt mit Heidelbeeren <b>G</b> Ei = 14,1 / Ft = 21,0 / Kh = 53,6 / kCal = 468,6 / kj = 1961 / BE = 4,4</del>	Gemüsesuppe mit Tarhonya <b>AFL</b> Pizza Margherita mit Mais <b>GA</b> und Blattsalat Ei = 18,0 / Ft = 19,0 / Kh = 52,9 / kCal = 459,4 / kj = 1922 / BE = 4,4	Selleriecremesuppe <b>GAL</b> Grießflammerienockerl gebröselte <b>GAC</b> dazu Himbeersauce und Bio-Milch <b>G</b> Ei = 13,4 / Ft = 24,0 / Kh = 67,4 / kCal = 546,5 / kj = 2287 / BE = 5,6
<b>tagesmenü 4</b>	Rindsgulasch <b>A</b> mit Serviettenknödel <b>GAC</b> Obst Ei = 19,2 / Ft = 14,4 / Kh = 44,4 / kCal = 404,6 / kj = 1693 / BE = 3,7	Planted Curry mit Cashewkerne <b>GH</b> dazu Bio-Reis <b>G</b> Schokokuchen <b>GAC</b> Ei = 14,8 / Ft = 33,9 / Kh = 59,5 / kCal = 610,9 / kj = 2556 / BE = 4,9	<del>Gebackene Champignons <b>AC</b> mit Remouladensauce <b>GACM</b> und Bio-Erdäpfel mit Kräutern Obst Ei = 9,4 / Ft = 25,0 / Kh = 51,8 / kCal = 478,4 / kj = 2002 / BE = 4,2</del>	Rindsuppe mit Tarhonya <b>AL</b> Palatschinken zum Selberfüllen <b>GAC</b> mit Marillenmarmelade und Bio-Milch <b>G</b> Ei = 14,7 / Ft = 21,2 / Kh = 63,1 / kCal = 508,9 / kj = 2130 / BE = 5,1	Wiener Backhenderl <b>AC</b> mit Bio-Erdäpfelsalat Obst Ei = 30,0 / Ft = 19,4 / Kh = 35,9 / kCal = 449,0 / kj = 1879 / BE = 2,9
<b>jause 1</b>	Vollkornbrot <b>AFN</b> mit Putenschinken und ein Apfel kcal = 256, E = 14g, F = 4g, KH = 40g, BE = 3,3	Kornspitz <b>AF</b> mit Butter laktosefrei <b>G</b> und eine Clementine kcal = 251, E = 4g, F = 13g, KH = 28g, BE = 2,3	<del>Mohnstriezel <b>AF</b> mit Putenkabonossi und Cocktailtomaten kcal = 278, E = 14g, F = 17g, KH = 18g, BE = 1,5</del>	Semmel <b>A</b> mit Putenleberkäse und Gurke kcal = 163, E = 8g, F = 4g, KH = 23g, BE = 2	Mischbrot <b>AF</b> mit Putenextra und Weintrauben kcal = 294, E = 10g, F = 6g, KH = 49g, BE = 4
<b>jause 2</b> vegetarisch	Vollkornbrot <b>AFN</b> mit Butter <b>G</b> und ein Apfel kcal = 372, E = 9g, F = 20g, KH = 40g, BE = 3,4	Kornspitz <b>AF</b> mit Tilsiter <b>G</b> und eine Clementine kcal = 208, E = 11g, F = 5g, KH = 28g, BE = 2,4	<del>Mohnstriezel <b>AF</b> mit Gouda <b>G</b> und Cocktailtomaten kcal = 205, E = 12g, F = 9g, KH = 18g, BE = 1,5</del>	Semmel <b>A</b> mit Eckerlkäse <b>G</b> und Gurke kcal = 221, E = 8g, F = 11g, KH = 22g, BE = 1,8	Mischbrot <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und Weintrauben kcal = 374, E = 6g, F = 17g, KH = 49g, BE = 4



montag 20.11.2023

dienstag 21.11.2023

mittwoch 22.11.2023

donnerstag 23.11.2023

freitag 24.11.2023

	montag 20.11.2023	dienstag 21.11.2023	mittwoch 22.11.2023	donnerstag 23.11.2023	freitag 24.11.2023
<b>tagesmenü 1</b>	Zucchini-Remisuppe <b>GAL</b> Bio-Marillenknödel <b>GAC</b> und Bio-Milch <b>G</b>  Ei = 17,6 / Ft = 19,3 / Kh = 53,8 / kCal = 466,1 / kj = 1950 / BE = 4,5	Gemüse-Perlweizen <b>A</b> mit Gemüsesauce <b>GAL</b> dazu roter Bio-Rübensalat <b>Vollkorn-Kirschen-Topfenkuchen GAC</b>  Ei = 7,9 / Ft = 12,3 / Kh = 44,3 / kCal = 324,4 / kj = 1357 / BE = 3,6	Mediterrane Huhn-Nudelreissuppe <b>ACL</b> MSC-Seelachs in Erdäpfelpanade <b>ADO</b> mit Kräutercrème <b>G</b> und Gemüseris <b>G</b>  Ei = 26,3 / Ft = 17,0 / Kh = 47,5 / kCal = 453,1 / kj = 1896 / BE = 3,8	Geflügelbällchen <b>AC</b> mit Tomatenragout und Bio-Spaghetti <b>GA</b> dazu Eisbergsalat mit Sonnenblumenkernen Obst  Ei = 23,3 / Ft = 15,8 / Kh = 70,5 / kCal = 527,0 / kj = 2205 / BE = 5,8	Zucchini-Ofenauflauf <b>GC</b> mit Linsensalat <b>O</b> <b>Brombeercreme mit Bio-Topfen G</b>  Ei = 15,0 / Ft = 15,0 / Kh = 35,2 / kCal = 343,4 / kj = 1437 / BE = 2,9
<b>tagesmenü 2</b> schweinefleischfrei	<b>Überbackene Putenschinkenfilets mit Pusztasalat Obst GACF</b>  Ei = 13,0 / Ft = 15,7 / Kh = 41,1 / kCal = 364,7 / kj = 1526 / BE = 3,5	Rindersuppe mit Bio-Sternchen <b>AL</b> Gebratene, süße Schupfnudeln <b>GAC</b> mit Bratpfelmus und Bio-Milch <b>G</b>  Ei = 16,5 / Ft = 9,1 / Kh = 105,1 / kCal = 586,5 / kj = 2454 / BE = 8,4	<b>Erdäpfelknockerl GA</b> mit Spinat-Obersauce <b>GA</b> dazu Linsensalat <b>O</b> Obst  Ei = 11,8 / Ft = 9,5 / Kh = 74,4 / kCal = 438,4 / kj = 1835 / BE = 6,4	Waldviertler Grießsuppe <b>GAL</b> Kalbsbutterschnitzel <b>ACL</b> mit Erbsen-Karottengemüse <b>G</b> und Bio-Erdäpfelpüree <b>G</b>  Ei = 24,4 / Ft = 26,3 / Kh = 38,4 / kCal = 495,8 / kj = 2075 / BE = 3,1	Planted Geschnetzeltes Züricher Art <b>G</b> mit Bio-Reis <b>G</b> dazu Blattsalat mit Kürbiskernen Obst  Ei = 13,1 / Ft = 13,1 / Kh = 48,6 / kCal = 375,8 / kj = 1573 / BE = 4,0
<b>tagesmenü 3</b> vegetarisch	<b>Tortellini mit Ricotta-Spinatfüllung GAC</b> dazu Gemüsesauce <b>GAL</b> und Parmesan <b>G</b> mit Bummerlsalat Bueno Mousse <b>GAHF</b>  Ei = 23,2 / Ft = 27,7 / Kh = 88,8 / kCal = 707,8 / kj = 2961 / BE = 7,3	<b>Gulasch mit Bio-Erdäpfel A</b> dazu Meterbrot <b>AF</b> Obst  Ei = 7,1 / Ft = 3,1 / Kh = 61,6 / kCal = 310,8 / kj = 1301 / BE = 5,1	Mediterrane Gemüsesuppe <b>ACFL</b> Bio-Topfen-Auflauf mit Mandarinen <b>GAC</b> und Orangensauce dazu Bio-Milch <b>G</b>  Ei = 16,7 / Ft = 25,9 / Kh = 47,0 / kCal = 495,2 / kj = 2072 / BE = 3,9	<b>Geröstete Knödel mit Bio-Ei GAC</b> dazu grüner Salat Apfelkompott  Ei = 14,3 / Ft = 17,2 / Kh = 38,3 / kCal = 370,4 / kj = 1550 / BE = 3,1	<b>Brokkoli-Käsesuppe G</b> Bio-Mascherlnudeln <b>GA</b> mit veganer Bolognese <b>AFL</b> und Blattsalat  Ei = 16,8 / Ft = 10,8 / Kh = 62,8 / kCal = 424,2 / kj = 1775 / BE = 5,2
<b>tagesmenü 4</b>	Gemüstrudel <b>GACL</b> mit Paprika-Rahmdip <b>GA</b> dazu Karotten-Mais-Salat Obst  Ei = 9,5 / Ft = 9,4 / Kh = 41,8 / kCal = 302,2 / kj = 1265 / BE = 3,5	<b>Knuspersurfer mit Reisfülle A</b> dazu buntes Gemüse und Bio-Erdäpfel mit Kräutern Frischkäsecreme mit Butterbrösel <b>GA</b>  Ei = 11,4 / Ft = 23,9 / Kh = 62,7 / kCal = 517,7 / kj = 2166 / BE = 5,1	<b>Chickenwings</b> mit BBQ Sauce <b>AFO</b> und Bio-Reis <b>G</b> Vanille-Pudding mit Bio-Milch <b>G</b>  Ei = 43,2 / Ft = 29,4 / Kh = 67,7 / kCal = 716,2 / kj = 2997 / BE = 5,6	Waldviertler Grießsuppe <b>GAL</b> Apfelringe im Backteig <b>GA</b> mit Zimtucker und Bio-Milch <b>G</b>  Ei = 9,8 / Ft = 20,5 / Kh = 62,9 / kCal = 483,4 / kj = 2023 / BE = 5,2	<b>Brokkoli-Käsesuppe G</b> Putenselchbraten mit Blaukraut <b>A</b> und Erdäpfelknödel <b>GACO</b>  Ei = 25,6 / Ft = 18,3 / Kh = 52,2 / kCal = 478,8 / kj = 2004 / BE = 4,4
<b>jause 1</b>	Ur-Spitz <b>AF</b> mit Putenschinken und Essiggurken  kcal = 146, E = 10g, F = 1g, KH = 23g, BE = 2	Meterbrot <b>AF</b> mit Liptauer <b>GM</b> und eine Banane  kcal = 317, E = 7g, F = 7g, KH = 55g, BE = 4,5	Semmel <b>A</b> mit Putensalami und ein Apfel  kcal = 289, E = 10g, F = 11g, KH = 35g, BE = 3	Roggenbrot <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und eine Clementine  kcal = 375, E = 6g, F = 17g, KH = 48g, BE = 4	Dinkelweckerl <b>AFN</b> mit Putenkrakauer und Karotten  kcal = 190, E = 13g, F = 7g, KH = 20g, BE = 1,6
<b>jause 2</b> vegetarisch	Ur-Spitz <b>AF</b> mit Edamer <b>G</b> sowie Essiggurken  kcal = 225, E = 12g, F = 9g, KH = 23g, BE = 2	Meterbrot <b>AF</b> mit Butter laktosefrei <b>G</b> und eine Banane  kcal = 356, E = 5g, F = 13g, KH = 53g, BE = 4,4	Semmel <b>A</b> mit hausgemachtem Eiaufstrich <b>CM</b> und ein Apfel  kcal = 204, E = 4g, F = 5g, KH = 35g, BE = 3	Roggenbrot <b>AF</b> mit Gouda <b>G</b> und eine Clementine  kcal = 338, E = 14g, F = 9g, KH = 48g, BE = 4	Dinkelweckerl <b>AFN</b> mit Butter <b>G</b> und Karotten  kcal = 266, E = 6g, F = 18g, KH = 20g, BE = 1,6



Montag 27.11.2023

Dienstag 28.11.2023

Mittwoch 29.11.2023

Donnerstag 30.11.2023

Freitag 01.12.2023

<b>tagesmenü 1</b> 	Linsen-Gemüse-Gratin <b>GC</b> dazu Mais-Paprikasalat Vollkorn-Schokokirschkuchen <b>GAC</b> Ei = 16,7 / Ft = 20,4 / Kh = 45,5 / kCal = 456,9 / kj = 1912 / BE = 2,9	Rindersuppe mit Bio-Eiermuscheln <b>AL</b> Apfelstrudel <b>A</b> mit Vanillesauce <b>G</b> und Bio-Milch <b>G</b> Ei = 13,4 / Ft = 26,7 / Kh = 70,3 / kCal = 579,9 / kj = 2426 / BE = 5,8	Schweinsbraten mit Kraut <b>A</b> und Bio-Erdäpfel mit Butter <b>G</b> Obst Ei = 23,3 / Ft = 6,9 / Kh = 37,5 / kCal = 313,7 / kj = 1313 / BE = 3,1	Tomaten-Mozzarella Tortellini <b>GAC</b> mit Pestosauce <b>GAH</b> dazu Eisbergsalat mit Kürbiskernen Bio-Joghurt mit Früchten <b>G</b> Ei = 20,0 / Ft = 19,5 / Kh = 54,2 / kCal = 479,8 / kj = 2008 / BE = 4,4	Suppe mit Bio-Erdäpfel <b>GL</b> Mexikanische Reispanne <b>GA</b> dazu Chinakohlsalat Ei = 13,4 / Ft = 8,0 / Kh = 30,3 / kCal = 251,5 / kj = 1052 / BE = 2,5
	<b>tagesmenü 2</b> schweinefleischfrei Paprikacremesuppe <b>GA</b> MSC-Seefisch im Backteig <b>GACD</b> mit Erbsengemüse und Bio-Dinkelreis <b>A</b> Ei = 22,9 / Ft = 16,3 / Kh = 62,3 / kCal = 507,7 / kj = 2124 / BE = 5,1	Veggieburger <b>GACFN</b> mit Dipsauce und Kartoffel-Dippers Nougatpudding mit Bio-Milch und Nüssen <b>GH</b> Ei = 20,7 / Ft = 34,5 / Kh = 101,7 / kCal = 833,9 / kj = 3489 / BE = 8,3	Leberknödelsuppe vom Rind <b>AL</b> Grießkoch nach Oma's Art <b>GA</b> dazu Benco und Bio-Milch <b>G</b> Ei = 18,4 / Ft = 15,2 / Kh = 59,5 / kCal = 454,9 / kj = 1903 / BE = 4,9	Cordonbleu vom Huhn <b>GA</b> mit Bio-Erdäpfelsalat Obst Ei = 19,7 / Ft = 10,7 / Kh = 41,2 / kCal = 347,6 / kj = 1454 / BE = 3,4	Kräftiger Linsentopf <b>ADM</b> mit Bio-Serviettenknödel <b>GAC</b> dazu Chinakohlsalat mit Sonnenblumenkernen Obst Ei = 13,7 / Ft = 7,2 / Kh = 55,3 / kCal = 357,5 / kj = 1496 / BE = 4,3
	<b>tagesmenü 3</b> vegetarisch Grenadiermarsch <b>A</b> mit Pustzasalat Pfirsich-Buttermilch <b>G</b> Ei = 8,2 / Ft = 10,6 / Kh = 47,1 / kCal = 326,0 / kj = 1364 / BE = 3,9	Cremespinat <b>GA</b> dazu Rösti-Bio-Erdäpfel <b>A</b> und ein gekochtes Ei <b>C</b> Obst Ei = 10,6 / Ft = 12,6 / Kh = 38,5 / kCal = 316,4 / kj = 1324 / BE = 3,2	Gemüsesuppe mit Grießdukaten <b>GACFL</b> Spinatsemmelnknödel <b>GAC</b> mit Pilzragout <b>GAFM</b> dazu California Salat Ei = 13,8 / Ft = 33,4 / Kh = 54,6 / kCal = 578,1 / kj = 2419 / BE = 4,2	Gemüsecremesuppe <b>GAL</b> Cremiger Milchreis mit Apfel <b>G</b> und Zimtucker dazu Bio-Milch <b>G</b> Ei = 13,6 / Ft = 18,8 / Kh = 79,3 / kCal = 547,9 / kj = 2292 / BE = 6,6	Winterlicher Ofenerdäpfel mit Knoblauchdip <b>GA</b> dazu Mais und Schnittlauch und Chinakohlsalat Streuselkuchen <b>GAC</b> Ei = 9,6 / Ft = 10,4 / Kh = 55,3 / kCal = 361,5 / kj = 1513 / BE = 4,6
	<b>tagesmenü 4</b> Ragout "Stroganoff" mit Bio-Rind <b>GAM</b> mit Bio-Spätzle "Max & Moritz" <b>AC</b> Obst Ei = 23,2 / Ft = 18,6 / Kh = 70,0 / kCal = 553,0 / kj = 2314 / BE = 5,7	Gemüsesuppe mit Bio-Eiermuscheln <b>AFL</b> Bio-Spiralen <b>GA</b> mit Gemüsesugo <b>GAL</b> und Parmesan <b>G</b> dazu Bummerlsalat Ei = 17,6 / Ft = 6,7 / Kh = 82,1 / kCal = 473,0 / kj = 1979 / BE = 6,9	Puten-Cevapcici <b>GACM</b> mit Ratatouillegemüse <b>A</b> und Bio-Reis <b>G</b> Johannisbeercreme mit Bio-Topfen <b>G</b> Ei = 25,0 / Ft = 17,0 / Kh = 51,1 / kCal = 465,8 / kj = 1949 / BE = 4,2	Planted Chicken vom Wok <b>AFN</b> mit Asianudeln <b>AC</b> dazu Chinakohlsalat Bio-Joghurt mit Früchten <b>G</b> Ei = 23,6 / Ft = 11,5 / Kh = 78,1 / kCal = 526,8 / kj = 2204 / BE = 6,4	Suppe mit Bio-Erdäpfel <b>GL</b> Zwetschkenknödel <b>GAC</b> und Bio-Milch <b>G</b> Ei = 14,9 / Ft = 12,3 / Kh = 82,5 / kCal = 510,6 / kj = 2136 / BE = 6,9
	<b>jause 1</b> Kornspitz <b>AF</b> mit Putenknacker und ein Apfel kcal = 316, E = 16g, F = 10g, KH = 40g, BE = 3,3	Mischbrot <b>AF</b> mit Gouda <b>G</b> und Weintrauben kcal = 338, E = 14g, F = 9g, KH = 49g, BE = 4	Meterbrot <b>AF</b> mit Butter laktosefrei <b>G</b> und Gurke kcal = 227, E = 4g, F = 13g, KH = 24g, BE = 2	Wachauerlaibchen <b>AF</b> mit Putenextra und eine Birne kcal = 210, E = 8g, F = 6g, KH = 31g, BE = 2,7	Vollkornbrot <b>AFN</b> mit laktosefreier Butter <b>G</b> und Cocktailtomaten kcal = 292, E = 9g, F = 17g, KH = 27g, BE = 2,3
<b>jause 2</b> vegetarisch Kornspitz <b>AF</b> mit Eckerlkäse <b>G</b> und ein Apfel kcal = 277, E = 7g, F = 10g, KH = 38g, BE = 3,2	Mischbrot <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und Weintrauben kcal = 375, E = 6g, F = 17g, KH = 49g, BE = 4	Meterbrot <b>AF</b> mit Streichgouda <b>G</b> und Gurke kcal = 202, E = 8g, F = 7g, KH = 26g, BE = 2,2	Wachauerlaibchen <b>AF</b> mit Edamer <b>G</b> und eine Birne kcal = 252, E = 12g, F = 9g, KH = 30g, BE = 2,6	Vollkornbrot <b>AFN</b> mit Butter <b>G</b> und Cocktailtomaten kcal = 319, E = 9g, F = 20g, KH = 27g, BE = 2,3	



# Speiseplan

VS - KW 49 / 2023



Montag 04.12.2023

Dienstag 05.12.2023

Mittwoch 06.12.2023

Donnerstag 07.12.2023

Freitag 08.12.2023

<b>tagesmenü 1</b> 	<b>Rindereintropfsuppe <i>GACL</i></b> <b>Topfenauflauf mit Apfel <i>GAC</i></b> dazu Pflaumensauce und Bio-Milch <i>G</i>	<b>Gnocchi mit Tomaten und Rucola <i>A</i></b> und Paradeissauce <i>A</i> dazu Salat mit Sonnenblumenkerne Nikolo, Mandarine <i>G</i>	<b>Brokkoli-Käsesuppe <i>G</i></b> <b>Hühnerpaella mit Bio-Reis</b> und buntem Bohnensalat	<b>MSC-Wildlachsschnitte <i>DM</i></b> mit Lauch-Oberssauce <i>GA</i> dazu Bio-Erdäpfel mit Kräuter Schoko-Pudding mit Bio-Milch <i>G</i>		
	Ei = 16,3 / Ft = 19,9 / Kh = 48,9 / kCal = 445,7 / kj = 1865 / BE = 4,0	Ei = 11,4 / Ft = 6,7 / Kh = 84,6 / kCal = 456,7 / kj = 1911 / BE = 7,3	Ei = 20,7 / Ft = 10,5 / Kh = 39,5 / kCal = 326,6 / kj = 1367 / BE = 3,2	Ei = 31,5 / Ft = 26,8 / Kh = 40,1 / kCal = 534,4 / kj = 2236 / BE = 3,3		
	<b>tagesmenü 2</b> schweinefleischfrei 	<b>Chili Con Carne <i>A</i></b> dazu Vollkornbrot <i>AFN</i> Obst	<b>Kräutercremesuppe <i>GAL</i></b> <b>G'schupfte Mohnnudeln <i>GAC</i></b> mit hausgemachtem Apfelmus und Bio-Milch <i>G</i> Nikolo, Mandarine <i>G</i>	<b>Gemüseauflauf <i>GC</i></b> mit Paprika-Rahmdip <i>GA</i> dazu bunter Blattsalat mit Kürbiskernen Panna Cotta mit Himbeere <i>G</i>	<b>Rindersuppe mit Bio-Buchstaben <i>AL</i></b> <b>Pizza Margherita <i>GA</i></b> dazu grüner Salat	
		Ei = 19,8 / Ft = 8,6 / Kh = 49,2 / kCal = 359,1 / kj = 1502 / BE = 3,8	Ei = 18,6 / Ft = 22,9 / Kh = 129,4 / kCal = 819,4 / kj = 3429 / BE = 10,4	Ei = 14,5 / Ft = 36,6 / Kh = 27,5 / kCal = 503,0 / kj = 2105 / BE = 2,3	Ei = 16,2 / Ft = 17,1 / Kh = 46,8 / kCal = 410,1 / kj = 1716 / BE = 3,9	
		<b>tagesmenü 3</b> vegetarisch 	<b>Erdäpfelstrudel <i>GAC</i></b> mit Kürbis-Tomatensauce <i>A</i> dazu grüner Salat Bio-Joghurt mit Vanille <i>G</i>	<b>Geröstete Knödel mit Bio-Ei <i>GAC</i></b> dazu roter Bio-Rübensalat Nikolo, Mandarine <i>G</i>	<b>Käsespätzle Tiroler Art <i>GAC</i></b> dazu bunter Blattsalat Krapfen <i>GAC</i>	<b>Gemüsesuppe mit Bio-Buchstaben <i>AL</i></b> <b>Nuss-Schokopalatschinken <i>GAHC</i></b> mit Bio-Milch <i>G</i>
Ei = 9,2 / Ft = 14,8 / Kh = 43,6 / kCal = 352,9 / kj = 1477 / BE = 3,6			Ei = 15,8 / Ft = 20,2 / Kh = 42,8 / kCal = 421,1 / kj = 1762 / BE = 3,5	Ei = 22,1 / Ft = 20,7 / Kh = 80,0 / kCal = 590,0 / kj = 2469 / BE = 5,6	Ei = 19,8 / Ft = 41,9 / Kh = 81,1 / kCal = 792,9 / kj = 3318 / BE = 6,7	
<b>tagesmenü 4</b> 			<b>Eintropfsuppe <i>GACL</i></b> Bio-Penne <i>GA</i> mit Sauce Carbonara <i>GF</i> und Parmesan <i>G</i> dazu grüner Salat	<b>Gulasch mit Bio-Erdäpfel <i>A</i></b> dazu Meterbrot <i>AF</i> Nikolo, Mandarine <i>G</i>	<b>Jägerragout vom Bio-Rind <i>GAM</i></b> mit Bio-Spätzle "Max & Moritz" <i>AC</i> und Preiselbeeren Obst	<b>Geflügelbällchen <i>AC</i></b> mit Tomatenragout und Bio-Spaghetti <i>GA</i> dazu grüner Salat Obst
	Ei = 17,4 / Ft = 16,8 / Kh = 51,9 / kCal = 436,6 / kj = 1827 / BE = 4,5		Ei = 8,1 / Ft = 6,1 / Kh = 61,1 / kCal = 341,9 / kj = 1431 / BE = 5,0	Ei = 22,4 / Ft = 14,4 / Kh = 77,6 / kCal = 540,0 / kj = 2260 / BE = 6,4	Ei = 23,0 / Ft = 15,5 / Kh = 70,4 / kCal = 519,4 / kj = 2174 / BE = 5,8	
	<b>jause 1</b> 		Wachauerlaibchen <i>AF</i> mit Putenkabanossi und ein Apfel	Mischbrot <i>AF</i> mit Butter <i>G</i> und Gurke	Kornspitz <i>AF</i> mit Tilsiter <i>G</i> und eine Clementine	Vollkornbrot <i>AFN</i> mit Putenschinken und Karotten
		kcal = 331, E = 14g, F = 16g, KH = 33g, BE = 2,8	kcal = 299, E = 6g, F = 16g, KH = 32g, BE = 2,7	kcal = 208, E = 11g, F = 5g, KH = 28g, BE = 2,4	kcal = 208, E = 14g, F = 5g, KH = 27g, BE = 2,4	
		<b>jause 2</b> vegetarisch 	Wachauerlaibchen <i>AF</i> mit Butter <i>G</i> und ein Apfel	Mischbrot <i>AF</i> mit Edamer <i>G</i> und Gurke	Kornspitz <i>AF</i> mit Kräuteraufstrich <i>AFG</i> und eine Clementine	Vollkornbrot <i>AFN</i> mit Eckerlkäse <i>G</i> und Karotten
kcal = 295, E = 4g, F = 17g, KH = 32g, BE = 2,7			kcal = 261, E = 13g, F = 9g, KH = 32g, BE = 2,7	kcal = 176, E = 6g, F = 3g, KH = 29g, BE = 2,4	kcal = 291, E = 12g, F = 15g, KH = 27g, BE = 2,2	



# Speiseplan

VS - KW 50 /2023



montag 11.12.2023

dienstag 12.12.2023

mittwoch 13.12.2023

donnerstag 14.12.2023

freitag 15.12.2023

<b>tagesmenü 1</b> 	<b>Kräftiger Linsentopf ADM</b> mit Semmelknödel <b>GAC</b> dazu bunter Blattsalat mit Kürbiskernen Obst  Ei = 14,2 / Ft = 19,1 / Kh = 77,2 / kCal = 572,7 / kj = 2397 / BE = 6,1	<b>Mediterrane Gemüsesuppe ACFL</b> Cremiger Milchreis mit Birne <b>G</b> dazu Benco und Bio-Milch <b>G</b>  Ei = 13,2 / Ft = 13,0 / Kh = 67,0 / kCal = 445,0 / kj = 1862 / BE = 5,5	<b>Faschierte Geflügellaibchen GACFL</b> mit buntem Gemüse und Bio-Erdäpfelpüree <b>G</b> Bio-Joghurt mit Orangen und Schokopearls <b>GAF</b>  Ei = 23,1 / Ft = 26,4 / Kh = 41,9 / kCal = 504,9 / kj = 2113 / BE = 5,4	<b>Eiernockerl mit Bio-Ei GAC</b> dazu Eisbergsalat Vollkorn-Mandelkirschkuchen <b>GAHC</b>  Ei = 19,7 / Ft = 21,9 / Kh = 77,0 / kCal = 590,2 / kj = 2470 / BE = 6,3	<b>Hühnersuppentopf AL</b> Ragout Osso Bucco vom Kalb <b>AL</b> dazu Bio-Spiralen <b>GA</b>  Ei = 28,3 / Ft = 5,8 / Kh = 67,9 / kCal = 448,5 / kj = 1877 / BE = 5,7
	<b>Gemüsecremesuppe GAL</b> Hausgemachte Mohnbuchteln <b>GAC</b> mit Vanillesauce <b>G</b> und Bio-Milch <b>G</b>  Ei = 20,8 / Ft = 28,2 / Kh = 83,3 / kCal = 676,0 / kj = 2829 / BE = 6,9	<b>Gemüselasagne GACL</b> dazu Bummerlsalat Vollkorn-Gewürzkuchen <b>GAC</b>  Ei = 9,8 / Ft = 18,7 / Kh = 44,2 / kCal = 387,6 / kj = 1622 / BE = 3,6	<b>Knoblauchcremesuppe GAL</b> Gebackene MSC-Fischstäbchen <b>AD</b> mit Dipsauce und Bio-Erdäpfelsalat  Ei = 21 / Ft = 17,7 / Kh = 58,7 / kCal = 487,3 / kj = 2039 / BE = 4,8	Überbackene Hühnerschnitzel mit Tomaten- Mozzarella <b>GA</b> dazu Natursaft <b>A</b> und Bio-Erdäpfel mit Petersilie <b>G</b> Obst  Ei = 22,8 / Ft = 8,5 / Kh = 34,8 / kCal = 313,7 / kj = 1313 / BE = 2,9	<b>Gemüsereispfanne mit Bio-Ei C</b> dazu Chinakohlsalat mit Sonnenblumenkerne Fruchtcreme mit Bio-Topfen <b>G</b>  Ei = 14,8 / Ft = 8,0 / Kh = 47,1 / kCal = 327,0 / kj = 1368 / BE = 3,9
	<b>Tortellini mit Spinat-Ricottafülle GAC</b> dazu Paradeissauce <b>A</b> und bunter Blattsalat Bio-Joghurt mit Banane <b>G</b>  Ei = 18,8 / Ft = 13,8 / Kh = 74,7 / kCal = 508,5 / kj = 2128 / BE = 5,0	<b>Tunesischer Gemüsetopf FL</b> mit CousCous <b>A</b> und Orientalischer Salat Honigcreme mit Bio-Topfen <b>G</b>  Ei = 14,1 / Ft = 6,8 / Kh = 52,7 / kCal = 336,6 / kj = 1408 / BE = 4,3	<b>Gemüse-Kürbislaibchen A</b> dazu Kräuter-Joghurt dip <b>GA</b> mit Bio-Erdäpfel <b>G</b> Obst VEP	<b>Pastinakencresuppe GAL</b> Bio-Penne <b>GA</b> mit köstlicher Linsen-Bolognese <b>LM</b> und Parmesan <b>G</b> dazu Eisbergsalat  Ei = 16,9 / Ft = 12,0 / Kh = 63,2 / kCal = 447,8 / kj = 1874 / BE = 5,1	<b>Gemüsesuppe mit Bio-Nudeln AFL</b> Bio-Topfenknödel mit Kokosbrösel <b>GAC</b> und Pfirsichmus dazu Bio-Milch <b>G</b>  Ei = 21,6 / Ft = 20,8 / Kh = 69,2 / kCal = 556,1 / kj = 2327 / BE = 5,7
	<b>Gemüsecremesuppe GAL</b> Putenstreifen in Paprikarahmsauce <b>GA</b> mit Bio-Dinkelreis <b>A</b> dazu California Salat  Ei = 26,4 / Ft = 13,6 / Kh = 42,3 / kCal = 402,8 / kj = 1685 / BE = 3,5	<b>Erdäpfelstrudel GAC</b> mit Rahm-Herbstgemüse <b>GA</b> dazu Bummerlsalat Obst  Ei = 6,8 / Ft = 11,9 / Kh = 42,7 / kCal = 312,0 / kj = 1306 / BE = 3,5	<b>Knoblauchcremesuppe GAL</b> Grießschmarren mit Apfel <b>GAC</b> und Weichselragout dazu Bio-Milch <b>G</b>  Ei = 17,3 / Ft = 30,3 / Kh = 102,7 / kCal = 761,6 / kj = 3187 / BE = 8,5	Planted Butter-Chicken <b>G</b> mit Bio-Reis <b>G</b> dazu Linsensalat <b>O</b> Limonen-Buttermilch <b>G</b>  Ei = 16,1 / Ft = 10,3 / Kh = 55,9 / kCal = 394,8 / kj = 1652 / BE = 4,6	<b>Kebappizza vom Huhn GAL</b> dazu Chinakohlsalat Obst  Ei = 21,7 / Ft = 21,1 / Kh = 50,7 / kCal = 491,7 / kj = 2057 / BE = 4,2
	<b>roggenbrot AF</b> mit Putenschinken und eine Birne  kcal = 285, E = 11g, F = 2g, KH = 55g, BE = 4,5	<b>Meterbrot AF</b> mit Butter laktosefrei <b>G</b> und Gurke  kcal = 227, E = 4g, F = 13g, KH = 24g, BE = 2	<b>Mohnstriezel AF</b> mit hausgemachtem Eiaufstrich <b>CM</b> und Spitzpaprika  kcal = 130, E = 4g, F = 5g, KH = 17g, BE = 1,4	<b>Mischbrot AF</b> mit hausgemachtem Putenschinkenaufstrich <b>CM</b> und eine Banane  kcal = 338, E = 9g, F = 5g, KH = 64g, BE = 5,3	<b>Sonnenblumenweckerl AF</b> mit Putenextra und Tomaten  kcal = 206, E = 10g, F = 9g, KH = 21g, BE = 1,7
<b>roggenbrot AF</b> vegetarisch mit Butter <b>G</b> und eine Birne  kcal = 401, E = 6g, F = 17g, KH = 55g, BE = 4,5	<b>Meterbrot AF</b> vegetarisch mit hausgemachtem Eiaufstrich <b>CM</b> und Gurke  kcal = 149, E = 4g, F = 4g, KH = 24g, BE = 2	<b>Mohnstriezel AF</b> vegetarisch mit Edamer <b>G</b> und Spitzpaprika  kcal = 199, E = 12g, F = 9g, KH = 17g, BE = 1,5	<b>Mischbrot AF</b> vegetarisch mit laktosefreier Butter <b>G</b> sowie eine Banane  kcal = 400, E = 7g, F = 13g, KH = 62g, BE = 5	<b>Sonnenblumenweckerl AF</b> vegetarisch mit Gouda <b>G</b> und Tomaten  kcal = 247, E = 14g, F = 12g, KH = 20g, BE = 1,6	



Montag 18.12.2023

Dienstag 19.12.2023

Mittwoch 20.12.2023

Donnerstag 21.12.2023

Freitag 22.12.2023

<b>tagesmenü 1</b> 	<b>G'schmackiger Rahm-Kohlrabi mit Erbsen GA</b> und Putenfrankfurter dazu Erdäpfelschmarrn G Vollkorn-Topfenkuchen GAC	Backerbsensuppe GACL Süße Limettenpolentaschnitte GC mit Erdbeersauce und Bio-Milch G	Esterhazyragout mit Bio-Rind GALM und Bio-Bauernspätzle GA dazu Preiselbeeren Obst	Parmesan-Bio-Erdäpfelsuppe GF Gratiniertes Seelachs auf italienische Art GD mit Bio-Erdäpfel und Kräuter dazu bunter Bohnensalat	Gemüsestrudel GACL mit Kräutercreme G dazu Mais-Paprikasalat Lebkuchenpudding mit Bio-Milch G	
	Ei = 22,8 / Ft = 23,7 / Kh = 42,7 / kCal = 478,8 / kj = 2003 / BE = 3,5	Ei = 11,5 / Ft = 21,7 / Kh = 72,6 / kCal = 538,5 / kj = 2253 / BE = 6,0	Ei = 20,5 / Ft = 16,1 / Kh = 66,4 / kCal = 499,6 / kj = 2091 / BE = 5,5	Ei = 25,2 / Ft = 13,2 / Kh = 32,1 / kCal = 352,4 / kj = 1475 / BE = 2,6	Ei = 15,1 / Ft = 12,6 / Kh = 45,8 / kCal = 368,8 / kj = 1543 / BE = 3,8	
	<b>tagesmenü 2</b> 	<b>Gemüsesuppe mit Bio-Sternchen AFL</b> Gulasch mit Bio-Erdäpfel A dazu Vollkornbrot AFV	<b>Bio-Gnocchi GA</b> mit Brokkoli-Käsesauce GA und Parmesan G dazu bunter Blattsalat mit Kürbiskernen Obst	<b>Kichererbsensuppe G</b> Bio-Kaiserschmarrn GAC dazu Pflaumensauce und Bio-Milch G	<b>Kebapsteller L</b> dazu Tzatziki GCM und Bio-Reis G Heidelbeercreme mit Bio-Topfen G	<b>Gulasch mit Bio-Rind A</b> und Bio-Spätzle "Max & Moritz" AC Mohnwürfel GAC
		Ei = 9,6 / Ft = 3,3 / Kh = 57,3 / kCal = 306,9 / kj = 1284 / BE = 4,5	Ei = 14,8 / Ft = 14,4 / Kh = 75,9 / kCal = 499,1 / kj = 2088 / BE = 6,5	Ei = 20,3 / Ft = 21,2 / Kh = 78,7 / kCal = 596,7 / kj = 2497 / BE = 6,4	Ei = 33,8 / Ft = 31,4 / Kh = 42,5 / kCal = 620,8 / kj = 2598 / BE = 3,5	Ei = 25,6 / Ft = 16,4 / Kh = 75,7 / kCal = 580,9 / kj = 2431 / BE = 6,2
		<b>tagesmenü 3</b> 	Gemüsesuppe mit Bio-Sternchen AFL Planted Geschnetzeltes Züricher Art G mit Erbsenreis G dazu California Salat	Gemüsechili mit Tofu AF dazu Haferflockenbrot AF Bio-Joghurt mit Honig und Cornflakes GA	Gebackener Karfiol AC dazu Kräuter-Joghurt dip GA und Bio-Erdäpfel mit Paprika G dazu bunter Blattsalat Schokomuffin GACF	<b>Bio-Spiralen GA</b> mit veganer Bolognese AFL dazu Salat der Saison Obst
Ei = 15,1 / Ft = 12,7 / Kh = 46,8 / kCal = 373,4 / kj = 1562 / BE = 3,9			Ei = 16,4 / Ft = 10,1 / Kh = 50,9 / kCal = 366,1 / kj = 1532 / BE = 4,2	Ei = 9,9 / Ft = 27,6 / Kh = 66,2 / kCal = 558,1 / kj = 2335 / BE = 5,5	Ei = 16,0 / Ft = 4,6 / Kh = 80,1 / kCal = 441,1 / kj = 1846 / BE = 6,8	Ei = 20,0 / Ft = 33,9 / Kh = 63,3 / kCal = 641,3 / kj = 2683 / BE = 5,0
<b>tagesmenü 4</b>			Fleischknödel ACL mit mildem Sauerkraut A Obst	<b>Zucchiniplätzchen GAC</b> mit Dipsauce und Bio-Erdäpfel mit Petersilie G dazu Blattsalat Obst	<b>Reisaufguss mit Schinken und Spinat GCF</b> dazu Paradeissauce A und bunter Blattsalat Bio-Joghurt mit Früchten G	Parmesan-Bio-Erdäpfelsuppe GF Grießkoch nach Oma's Art GA dazu Benco und Bio-Milch G
	Ei = 8,1 / Ft = 6,6 / Kh = 38,0 / kCal = 248,4 / kj = 1040 / BE = 3,1		Ei = 9,8 / Ft = 13,1 / Kh = 71,9 / kCal = 449,7 / kj = 1882 / BE = 5,8	Ei = 21,1 / Ft = 24,0 / Kh = 44,7 / kCal = 483,7 / kj = 2024 / BE = 3,7	Ei = 19,0 / Ft = 18,8 / Kh = 60,2 / kCal = 493,4 / kj = 2065 / BE = 5,0	Ei = 17,4 / Ft = 21,7 / Kh = 44,0 / kCal = 445,1 / kj = 1862 / BE = 3,6
	<b>jause 1</b>		Semmel A mit Putensalami und ein Apfel	Mohnstriezel AF mit Eckerlkäse G und eine Clementine	Meterbrot AF mit Putenkabonossi und Gurke	Wachauerlaibchen AF mit Putenextra und Karotten
		kcal=289, E= 10g, F= 11g, KH = 35g, BE = 3	kcal = 232, E = 8g, F = 12g, KH = 23g, BE = 2	kcal = 290, E = 13g, F = 16g, KH = 24g, BE = 2	kcal = 167, E = 8g, F = 6g, KH = 20g, BE = 1,6	kcal = 251, E = 14g, F = 5g, KH = 38g, BE = 3,2
		<b>jause 2</b> 	Semmel A mit Gouda G und ein Apfel	Mohnstriezel AF mit laktosefreier ButterG und eine Clementine	Meterbrot AF mit Edamer G und Gurke	Wachauerlaibchen AF mit Butter G und Karotten
kcal = 272, E = 12g, F = 9g, KH = 35g, BE = 3			kcal = 237, E = 4g, F = 14g, KH = 22g, BE = 1,8	kcal = 217, E = 11g, F = 8g, KH = 24g, BE = 2	kcal = 247, E = 4g, F = 17g, KH = 20g, BE = 1,6	kcal = 263, E = 11g, F = 7g, KH = 39g, BE = 3,2