

Menü der Woche – Geschäftsstelle Stuttgart

	Vollkost	Vegetarische Kost
Montag	Gebrannte Grießsuppe 3, 51, 60, 511 (16 kcal / 100 g) *** „Hacksteak Kroatia“ 51, 52, 54, 58, 511 (227 kcal / 100 g) mit Paprikareis 60 (127 kcal / 100 g) und Erbsengemüse 52, 58, 60 (88 kcal / 100 g) *** Fruchtquark mit Leinsamen 12, 52, 58 (89 kcal / 100 g)	Gebrannte Grießsuppe 3, 51, 60, 511 (16 kcal / 100 g) *** Bunte Spätzle-Gemüsepfanne 51, 54, 511, 512 (176 kcal / 100 g) mit Champignons und Käsesahnesoße 12, 51, 52, 55, 57, 58, 60 (132 kcal / 100 g) *** Fruchtquark mit Leinsamen 12, 52, 58 (89 kcal / 100 g)
	897 kcal (Fett: 31,7 g / KH: 107,9 g / Eiweiß: 42,7 g)	763 kcal (Fett: 34,8 g / KH: 80,4 g / Eiweiß: 28,2 g)
Dienstag	Tomatencremesuppe 1, 52, 58, 60 (60 kcal / 100 g) *** Hähnchenknusperschnitzel, 51, 511 (304 kcal / 100 g) mit Blumenkohl Gemüse, 52, 58, 60 (59 kcal / 100 g) Kräuterkartoffeln 12 (97 kcal / 100 g) und Geflügeljus 2 (41 kcal / 100 g) *** Frisches Obst (0 kcal / 100 g)	Tomatencremesuppe 1, 52, 58, 60 (60 kcal / 100 g) *** „Asiatisches Blumenkohlcurry“ 1, 51, 52, 57, 58, 60, 62, 511 (95 kcal / 100 g) mit Zuckerschoten, Sojawürfel und Jasminreis (195 kcal / 100 g) *** Frisches Obst (0 kcal / 100 g)
	979 kcal (Fett: 58,6 g / KH: 74,9 g / Eiweiß: 33,4 g)	879 kcal (Fett: 40,1 g / KH: 117 g / Eiweiß: 28,6 g)
Mittwoch	Gemüsebrühe mit Flädle 3, 51, 52, 54, 58, 60 (33 kcal / 100 g) *** „Cannelloni“ mit Ricotta-Spinatfüllung in Tomaten-Gemüseragout und Käse überbacken 51, 52, 58, 60 511 (225 kcal / 100 g) *** Mousse au Chocolat 52, 58 (153 kcal / 100 g)	Gemüsebrühe mit Flädle 3, 51, 52, 54, 58, 60 (33 kcal / 100 g) *** Kräuter-Rührei 54 (179 kcal / 100 g) an Rahmspinat 51, 52, 58, 60, 63 (56 kcal / 100 g) und Salzkartoffeln (72 kcal / 100 g) *** Mousse au Chocolat 52, 58 (153 kcal / 100 g)
	728 kcal (Fett: 17,8 g / KH: 109,2 g / Eiweiß: 26,1 g)	740 kcal (Fett: 41,9 g / KH: 54,8 g / Eiweiß: 33 g)
Donnerstag	Blumenkohlcremesuppe 12, 51, 52, 58, 60, 511 (66 kcal / 100 g) *** Putenrollbraten 60 (165 kcal / 100 g) in seiner Soße geschmort 2 (58 kcal / 100 g) mit Nudeln 51, 54, 511 (156 kcal / 100 g) und Bohnengemüse 60 (78 kcal / 100 g) *** Erdbeermilchcreme 52, 58 (96 kcal / 100 g)	Blumenkohlcremesuppe 12, 51, 52, 58, 60, 511 (66 kcal / 100 g) *** Ofen-Fetakäse gebacken 52, 58 (257 kcal / 100 g) auf Ratatouille-Gemüse 1, 60 (79 kcal / 100 g) und frischem Vollkornbaguette 51, 511 (247 kcal / 100 g) *** Erdbeermilchcreme 52, 58 (96 kcal / 100 g)
	1.194 kcal (Fett: 46,1 g / KH: 123,7 g / Eiweiß: 65 g)	1.161 kcal (Fett: 60,8 g / KH: 96,5 g / Eiweiß: 52,2 g)
Freitag	Andalusische Gemüsesuppe 1, 60 (40 kcal / 100 g) *** Gegrilltes Seelachsfilet mit Zitronenpfeffer 52, 55, 57, 58 (148 kcal / 100 g) an buntem Zucchini Gemüse, 60 (27 kcal / 100 g) Schwenkkartoffeln (122 kcal / 100 g) und Kurkumasahnesoße 12, 51, 52, 55, 58, 60 (57 kcal / 100 g) *** Obstsalat (88 kcal / 100 g)	Andalusische Gemüsesuppe 1, 60 (40 kcal / 100 g) *** Bunter Nudelaufbau 12, 51, 52, 58, 60, 511 (143 kcal / 100 g) mit kandierten Kirschtomaten (99 kcal / 100 g) *** Obstsalat (88 kcal / 100 g)
	764 kcal (Fett: 35,7g / KH: 74,3g / Eiweiß: 32,5 g)	907 kcal (Fett: 34,27 g / KH: 110,1 g / Eiweiß: 28,4 g)