

# Speiseplan

## Mittagessen muss sein!

### Jatznicker Hof



Schulen	01 KW 02.01. - 06.01.2012	02 KW 09.01. - 13.01.2012	03 KW 16.01. - 20.01.2012	04 KW 23.01. - 27.01.2012
<b>Montag</b>	Nudel o. Vollkornnudeln m. Tomatensoße u. Jagdwurstwürfel	Schichtkohl m. Kartoffeln	Königsberger Klops mit Gemüsesoße Kart. ,Möhrenweißkrautsalat	Spinat mit Schinkenrührei, Kartoffeln,
Zusatzstoffe	2,8,11	8,11	2,8	2,11
	kcal 514,Fett 14 g, Eiweiß 17g, Kh 60g	kcal 256,Fett 3 g, Eiweiß 13g, Kh 26g	kcal 320 ,Fett 13g , Eiweiß 7 g ,Kh 28 g	kcal 263,Fett 10 g, Eiweiß 16 g, Kh 24g
<b>Dienstag</b>	ged. Seelachs in Kräutersoße Kart. , Apfelmöhren- rohkost	Süß-saure Eier mit Kartoffelpüree u. Rote Beete	Nudel o. Vollkornnudeln m. Tomatensoße u. Jagdwurstwürfel	Geflügelfrikassee mit Reis o. Kart.
Zusatzstoffe	8,11	1,2,6	2,8,11	2,4,11
	kcal 314,Fett 14g, Eiweiß 17 g ,Kh 27g	kcal 305,Fett 15g, Eiweiß 16 g ,Kh 26g	kcal 514,Fett 14 g, Eiweiß 17g, Kh 60g	kcal 332,Fett 11g, Eiweiß 10 g ,Kh 46g
<b>Mittwoch</b>	Schweinegulasch mit Kartoffeln u. Apfelrotkohl	Schweinegeschnetzeltes mit Gemüse u. Spätzle	Hähnchenbrustfilet in Sahnesoße m. Butterebesen Reis o. Kart.	Hausgemachter Hackbraten, Soße, ged. Blumenkohl u. Kart.
Zusatzstoffe	2,4,8	1,6	1,4	2,8,11
	kcal 222,Fett 12 g, Eiweiß 9 g, Kh 20g	kcal 440,Fett 33g, Eiweiß 17 g ,Kh 70g	kcal 337 ,Fett 7g, Eiweiß 70 g ,Kh 39g	kcal 373 ,Fett 17g, Eiweiß 11 g ,Kh 24g
<b>Donnerstag</b>	Jägerschnitzel mit Mischgemüse u. Kart.	Dino-Nuggets mit Kohlrabi-Möhrengemüse u. Kart.	gebratenen Fisch mit süß-saure Soße, Kart. Apfelmöhrensalat	Bratwurst mit Möhrengemüse u. Kart.
Zusatzstoffe	2,4,11	2,11	2, 11	4,11
	kcal 626 ,Fett 33g, Eiweiß 64 g ,Kh 50g	kcal 260 ,Fett 6g, Eiweiß 16 g ,Kh 25g	kcal 316 ,Fett 7g , Eiweiß 13 g ,Kh 36 g	kcal 360,Fett 14g, Eiweiß 11 g ,Kh 27g
<b>Freitag</b>	Milchreis mit Zimt u. Zucker, Apfelmus <b>oder</b> Gemüse Eintopf m. Fleisch	Kartoffelsuppe mit Wiener Würstchen	Erseneintopf oder Gemüse Eintopf mit Fleisch Erbeerpudding	Eierkuchen mit Zucker und Apfelmus <b>oder</b> Brühnudeleintopf mit Fleisch
Zusatzstoffe	4	2,4, 11	4,11	2,4
	kcal 317, Fett 8g, Eiweiß 4 g ,Kh 66g	kcal 147, Fett 6g, Eiweiß 5 g ,Kh 35g	kcal 448, Fett 39g, Eiweiß 19 g ,Kh 7g	kcal 197, Fett 10g, Eiweiß 14 g ,Kh 57g
<b>Vegetarisches Gericht</b> (3,00 € in Assiette)	Reispfanne mit Gemüse	Salatteller mit Ei	Gemüseauflauf mit Käse überbacken	Kartoffelpilzpfanne

(Änderungen vorbehalten!)

Das Team vom „Jatznicker Hof“ wünscht guten Appetit und einen guten Start ins neue Jahr!

☎039741/80558 ( für Abmeldungen bis 7:30 Uhr oder Anregungen )

Auflistung der Zusatzstoffe siehe Aushang