

MEIN BISTRO-PLAN

16.09.2019 - 20.09.2019



MEIN VERSORGER

STROM | GAS | WASSER | WÄRME | NAHVERKEHR | BÄDER



KW 38	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Buntes aus der Salattheke pro 100g 1,50 €	Bunte Salate vom Buffet mit Salatsoßen a j i g l g Nährwertangaben pro Portion N: 325.96 kcal F: 16.49 g GF: 3.74 g C: 36.41 g Z: 10.11 g P: 6.85 g S: 2.15 g B: 3.03 BE	Bunte Salate vom Buffet mit Salatsoßen a j i g l g Nährwertangaben pro Portion N: 325.96 kcal F: 16.49 g GF: 3.74 g C: 36.41 g Z: 10.11 g P: 6.85 g S: 2.15 g B: 3.03 BE	Bunte Salate vom Buffet mit Salatsoßen a j i g l g Nährwertangaben pro Portion N: 325.96 kcal F: 16.49 g GF: 3.74 g C: 36.41 g Z: 10.11 g P: 6.85 g S: 2.15 g B: 3.03 BE	Bunte Salate vom Buffet mit Salatsoßen a j i g l g Nährwertangaben pro Portion N: 325.96 kcal F: 16.49 g GF: 3.74 g C: 36.41 g Z: 10.11 g P: 6.85 g S: 2.15 g B: 3.03 BE	Bunte Salate vom Buffet mit Salatsoßen a j i g l g Nährwertangaben pro Portion N: 325.96 kcal F: 16.49 g GF: 3.74 g C: 36.41 g Z: 10.11 g P: 6.85 g S: 2.15 g B: 3.03 BE
Tasse Tagessuppe	Tafelspitzbrühe mit Suppenudeln und Gemüsestreifen ψ i a l a c 2,50 € Nährwertangaben pro Portion N: 47.61 kcal F: 0.31 g GF: 0.08 g C: 8.31 g Z: 0.90 g P: 2.75 g S: 1.14 g B: 0.69 BE	Erdbeerkaltschale ∞ ∇ 1,50 € Nährwertangaben pro Portion N: 188.06 kcal F: 0.01 g GF: 0.00 g C: 46.28 g Z: 30.12 g P: 0.00 g S: 0.01 g B: 3.86 BE	Tomatencremesuppe ∇ ∞ 2 2,50 € Nährwertangaben pro Portion N: 49.82 kcal F: 0.50 g GF: 0.05 g C: 9.30 g Z: 8.61 g P: 1.69 g S: 2.38 g B: 0.75 BE	Indische Geflügelcurrysuppe mit Mango und Sesam ♠ k g l g i a 2,50 € Nährwertangaben pro Portion N: 213.68 kcal F: 13.70 g GF: 4.79 g C: 11.30 g Z: 6.62 g P: 11.40 g S: 0.60 g B: 0.94 BE	Mango-Dickmilch ∇ g l g 1,50 € Nährwertangaben pro Portion N: 110.34 kcal F: 3.00 g GF: 1.81 g C: 17.18 g Z: 17.17 g P: 2.92 g S: 0.11 g B: 1.43 BE
Tagesgericht pro Portion	Currywurst mit Pommes Frites und Zwiebel-Paprika-Gemüse ψ ω 6,80 € Nährwertangaben pro Portion N: 734.65 kcal F: 50.76 g GF: 21.04 g C: 47.66 g Z: 5.38 g P: 21.46 g S: 4.88 g B: 3.96 BE	Hackbraten in Rahmsoße dazu Kräuterkartoffeln und Pariser Karotten ψ ω g a l a 6,80 € Nährwertangaben pro Portion N: 458.98 kcal F: 17.08 g GF: 4.16 g C: 59.98 g Z: 23.46 g P: 15.13 g S: 30.30 g B: 4.96 BE	Rigatoni mit Rinderhack-Paprika-Bolognese und geriebenem Hartkäse ∇ ψ 5 a l a i 5,00 € Nährwertangaben pro Portion N: 567.02 kcal F: 22.21 g GF: 9.20 g C: 51.50 g Z: 3.98 g P: 38.25 g S: 0.40 g B: 4.30 BE	Rindergulasch mit Waldpilzen dazu Spätzle und Kaisergemüse ψ ∇ c a 6,80 € Nährwertangaben pro Portion N: 940.50 kcal F: 27.91 g GF: 11.47 g C: 120.59 g Z: 27.50 g P: 48.74 g S: 5.74 g B: 10.04 BE	Hausgemachter Erbseneintopf mit Siedewürstchen und Brötchen ψ ω 2 15 a l a y 5,90 € Nährwertangaben pro Portion N: 611.89 kcal F: 37.99 g GF: 13.83 g C: 42.37 g Z: 3.31 g P: 25.41 g S: 3.48 g B: 3.52 BE
Alternatives Tagesgericht pro Portion	Riesenkartoffel aus dem Ofen mit Kräuterquark und Gemüse g l g 5,50 € Nährwertangaben pro Portion N: 417.48 kcal F: 9.71 g GF: 5.81 g C: 60.45 g Z: 8.17 g P: 18.99 g S: 0.92 g B: 5.03 BE	Spaghetti mit Tomatensoße ∇ c a l a 5,00 € Nährwertangaben pro Portion N: 322.38 kcal F: 14.11 g GF: 2.15 g C: 39.76 g Z: 3.52 g P: 8.82 g S: 0.73 g B: 3.31 BE	Asiatische Gemüsepfanne mit Champignons und Curryreis ∇ ∞ 4 y f 5,50 € Nährwertangaben pro Portion N: 180.94 kcal F: 3.20 g GF: 0.83 g C: 20.24 g Z: 12.99 g P: 17.02 g S: 0.74 g B: 1.66 BE	Gemüse-Paella ∇ g l g 5,90 € Nährwertangaben pro Portion N: 488.21 kcal F: 10.08 g GF: 3.34 g C: 89.38 g Z: 10.04 g P: 8.76 g S: 0.15 g B: 7.43 BE	Kartoffel-Blumenkohl-Curry mit Sesam-Karotten-Sticks ∇ 2 g l g a l a 5,50 € Nährwertangaben pro Portion N: 379.93 kcal F: 22.99 g GF: 15.25 g C: 29.70 g Z: 8.04 g P: 13.10 g S: 2.15 g B: 2.44 BE
Tagesdessert pro Glas oder pro 100g	Schokoladenpudding mit Vanillesoße ∇ g l g 1,50 € Nährwertangaben pro Portion N: 106.28 kcal F: 2.37 g GF: 1.56 g C: 15.78 g Z: 14.49 g P: 5.01 g S: 0.19 g B: 1.32 BE	Obstsalat mit Fruchtsoße ∞ ∇ 1,50 € Nährwertangaben pro Portion N: 97.83 kcal F: 0.27 g GF: 0.06 g C: 22.14 g Z: 20.55 g P: 0.93 g S: 0.00 g B: 1.84 BE	Apfeljoghurt ∇ g l g 1,50 € Nährwertangaben pro Portion N: 85.15 kcal F: 3.02 g GF: 1.82 g C: 10.75 g Z: 10.75 g P: 3.14 g S: 0.10 g B: 0.89 BE	Pfirsich-Quark-Creme ∇ g l g 1,50 € Nährwertangaben pro Portion N: 65.65 kcal F: 0.17 g GF: 0.09 g C: 7.19 g Z: 7.10 g P: 8.20 g S: 0.06 g B: 0.60 BE	Dessert des Tages t g l g 1,50 € Nährwertangaben pro Portion N: 286.43 kcal F: 7.51 g GF: 2.41 g C: 46.69 g Z: 40.57 g P: 7.21 g S: 0.08 g B: 3.89 BE

Nährwerte N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Proteinheit

Allergene Inhaltsstoffe

a Gluten
i Sellerie
g Lactose
a1 Weizen
y Hülsenfrucht
t Schalenfrucht

j Senf
g1 Kuhmilchweiß
k Sesam
c Eier
f Soja

Zusatzstoffe

2 mit Konservierungsstoffen
15 Nitrat/Nitrit

5 geschwefelt
4 mit Geschmacksverstärker

Eigenschaften

∞ Vegan
♠ Geflügel
ω Schweinefleisch

∇ Vegetarisch
ψ Rindfleisch
∇ Alkohol

Solange der Vorrat reicht. Änderungen vorbehalten. Unser Bistro-Angebot ist ein Service nur für unsere Mitarbeiter und Kunden.