

# Speiseplan

Best Sabel GS 01

15.09.08 - 19.09.08

## Menü 1

## Menü 2

### Montag

Canneloni in Tomaten-Sahnesoße  
[R]

Gemüsenuggets (veg.), Helle  
Cremesoße[H],  
Frühlingspüree[Gl,H]

kcal	Eiweiß	Fett	KH
511,3	23,2	26,6	43,2

kcal	Eiweiß	Fett	KH
509,2	10,1	26,4	56,3

### Dienstag

Geschnittener Eierpfannkuchen,  
Apfelmus [Gl,E,Z,H]

Omelette "Bauernschmaus" [S][GL],  
Apfelmus [Gl,E,Z,H]

kcal	Eiweiß	Fett	KH
549,0	23,0	19,0	79,0

kcal	Eiweiß	Fett	KH
433,0	23,0	23,5	38,0

### Mittwoch

Rahmgeschnetzeltes vom  
Schwein[H], Erbsen[Gl,E,Z,H],  
Salzkartoffeln[Gl,E,Z,H], Dessert

Rindfleisch "Taiwan"[E,Z,H],  
Basmatireis[Gl,E,Z,H] , Dessert

kcal	Eiweiß	Fett	KH
633,4	24,6	29,2	69,4

kcal	Eiweiß	Fett	KH
716,7	30,2	16,8	110,3

### Donnerstag

Wunschessen

Wunschessen

kcal	Eiweiß	Fett	KH
0,0	0,0	0,0	0,0

kcal	Eiweiß	Fett	KH
0,0	0,0	0,0	0,0

### Freitag

Penne-Nudeln in Tomatensoße  
(veg.)[H], Vollkornbrot

Pichelsteiner Eintopf mit  
Rindfleisch[Gl,E,Z,H], Vollkornbrot

kcal	Eiweiß	Fett	KH
396,9	19,8	16,5	43,2

kcal	Eiweiß	Fett	KH
257,8	12,1	12,0	24,4

Eine Liste der deklarationspflichtigen Zusatzstoffe hängt aus!

Änderungen vorbehalten!

Gemüse und Obst beziehen wir aus kontrolliert biologischem Anbau!