










Speiseplan Cafeteria B5 vom 06.01.2020 – 12.01.2020

Tag	Vollkost Beelitz	Leichte Vollkost Beelitz	Vegetarische Kost Beelitz
Mo., 06.01.2020	Kohlroulade vom Schwein ^{16,52,54,58,61} Zwiebel-Speck-Soße ^{1,2,16,51,511} Kartoffeln 474 kcal, 14 g Eiweiß, 27 g Fett, 41 g KH, 3 BE, 4 g GsFs, 3 g Salz, 6 g KMD	Eierfrikasse mit buntem Gemüse (Möhre/Blumenkohl/Brokkoli) ^{12,51,511,52,54,58,61} Kartoffeln  453 kcal, 21 g Eiweiß, 20 g Fett, 44 g KH, 4 BE, 8 g GsFs, 2 g Salz, 10 g KMD	3 Quarkkeulchen ^{51,511,52,58} Apfelmus ² 642 kcal, 16 g Eiweiß, 11 g Fett, 116 g KH, 10 BE, 4 g GsFs, 2 g Salz, 53 g KMD
Di., 07.01.2020	MSC Seelachs im Knusperteig (Sonnenblumenkerne, Leinsamen, Mohn, Kürbiskernen) ^{51,511,55} Gemüse-Curry-Soße (Sellerie, Möhren, Poree, Zwiebeln) ^{51,511,52,58,60} Gurkensalat ^{2,13,63} Kartoffeln  518 kcal, 22 g Eiweiß, 25 g Fett, 48 g KH, 4 BE, 7 g GsFs, 2 g Salz, 6 g KMD	Gedünstete Hähnchenbrust Geflügelsoße ^{51,511,52,58} Karottengemüse Kartoffelbrei ^{52,58} 301 kcal, 29 g Eiweiß, 7 g Fett, 26 g KH, 2 BE, 2 g GsFs, 1 g Salz, 9 g KMD	Tortelloni Ricotta ^{51,511,52,54,58} Kräutersoße ^{51,511,52,58} Gurkensalat ^{2,13,63} 744 kcal, 23 g Eiweiß, 29 g Fett, 92 g KH, 8 BE, 10 g GsFs, 2 g Salz, 9 g KMD
Mi., 08.01.2020	Kasselerbraten Bratensoße ^{51,511,61} Sauerkraut Kartoffel 433 kcal, 28 g Eiweiß, 20 g Fett, 29 g KH, 2 BE, 8 g GsFs, 2 g Salz, 3 g KMD	Curry-Reis-Pfanne mit Gemüse und MSC Lachs (Karotten, Zuckerschoten, Mais) ^{52,55,58} Zitronensoße ^{51,511,52,58}  502 kcal, 26 g Eiweiß, 29 g Fett, 32 g KH, 3 BE, 13 g GsFs, 2 g Salz, 8 g KMD	Vegetarische Bratwurst ^{12,51,511,54,57} Bratensoße ^{51,511,61} Sauerkraut Kartoffeln 362 kcal, 17 g Eiweiß, 15 g Fett, 33 g KH, 3 BE, 1 g GsFs, 3 g Salz, 4 g KMD
Do., 09.01.2020	Jägerschnitzel vom Schwein ^{1,2,16,51,511,61} Tomatensoße ^{51,511,60} Spirelli ^{51,511,54} 744 kcal, 23 g Eiweiß, 38 g Fett, 76 g KH, 6 BE, 11 g GsFs, 5 g Salz, 9 g KMD	Kohlrabieintopf mit Rindfleisch ⁶⁰ Bauernschnitte ^{51,514}  231 kcal, 13 g Eiweiß, 5 g Fett, 30 g KH, 2 BE, 2 g GsFs, 1 g Salz, 9 g KMD	Gebackener Hirtenkäse ^{51,511,514,515,52,58} fruchtiger Dip ^{12,52,58} Vollkornreis 806 kcal, 29 g Eiweiß, 44 g Fett, 71 g KH, 6 BE, 23 g GsFs, 3 g Salz, 12 g KMD
Fr., 10.01.2020	Lasagne Bolognese vom Rind ^{51,511,52,54,58,60} Tomatensoße ^{51,511,60} 588 kcal, 24 g Eiweiß, 31 g Fett, 51 g KH, 4 BE, 9 g GsFs, 4 g Salz, 13 g KMD	Gedünstetes MSC Seelachsfilet ⁵⁵ Zitronensoße ^{51,511,52,58} Brokkoli Kartoffeln  480 kcal, 50 g Eiweiß, 16 g Fett, 41 g KH, 3 BE, 9 g GsFs, 2 g Salz, 13 g KMD	Waldpilzpfanne ^{51,511,52,58} Spätzle ^{51,511,54} 698 kcal, 19 g Eiweiß, 27 g Fett, 89 g KH, 7 BE, 6 g GsFs, 2 g Salz, 4 g KMD
Sa., 11.01.2020	Feine Kartoffelsuppe mit Gemüse (Karotten/Poree/Sellerie) ^{2,52,58,60} Putenwiener Bauernschnitte ^{51,514} 372 kcal, 19 g Eiweiß, 6 g Fett, 55 g KH, 5 BE, 3 g GsFs, 2 g Salz, 10 g KMD	Feine Kartoffelsuppe mit Gemüse (Karotten/Poree/Sellerie) ^{2,52,58,60} Bauernschnitte ^{51,514} 310 kcal, 9 g Eiweiß, 4 g Fett, 55 g KH, 5 BE, 2 g GsFs, 1 g Salz, 10 g KMD	Feine Kartoffelsuppe mit Gemüse (Karotten/Poree/Sellerie) ^{2,52,58,60} Bauernschnitte ^{51,514}  310 kcal, 9 g Eiweiß, 4 g Fett, 55 g KH, 5 BE, 2 g GsFs, 1 g Salz, 10 g KMD
So., 12.01.2020	Wildgulasch (Hirsch) ^{51,511} Pariser Karotten Spätzle ^{51,511,54} 700 kcal, 44 g Eiweiß, 20 g Fett, 81 g KH, 7 BE, 3 g GsFs, 2 g Salz, 18 g KMD	Geschmorter Schweinebraten Bratensoße ^{51,511,61} Kaisergemüse (Blumenkohl/Brokkoli/Möhren)  488 kcal, 34 g Eiweiß, 23 g Fett, 34 g KH, 3 BE, 9 g GsFs, 3 g Salz, 7 g KMD	Nudel-Gemüse-Auflauf (Möhren/Blumenkohl/Brokkoli) ^{51,511,52,54,58} Tomatensoße ^{51,511,60} 655 kcal, 29 g Eiweiß, 25 g Fett, 77 g KH, 6 BE, 12 g GsFs, 3 g Salz, 13 g KMD

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (12) mit Farbstoff; (13) geschwefelt; (16) mit Phosphat
Allergene: (51) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (511) Weizen und Weizenerzeugnisse; (514) Roggen und Roggenerzeugnisse; (515) Gerste und Gersteezeugnisse; (52) Laktose; (54) Eier und -erzeugnisse; (55) Fisch und -erzeugnisse; (58) Milch und -erzeugnisse; (60) Sellerie und -erzeugnisse; (61) Senf und -erzeugnisse; (63) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10mg/l, als SO2 angegeben

Für Fragen oder Anregungen steht Ihnen unser Betriebsküchenleiter Herr Papert gerne unter der Durchwahl 033204/22715 zur Verfügung.
Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!