BBG:Kulina
Genusswerkstatt und Catering

BBG Kulina Menüplan vom 09.10. bis 15.10.2023

KW 41	Vollkost	Schonkost	Abendessen
Montag 09.10.2023	**Porree-Hackfleisch(Rind)-Eintopf** in Schmelzkäse-Rahm(17,19,22) mit Suppengemüse und Kartoffelwürfeln *** Mousse au Chocolate(17,19)	**Nudelgemüseauflauf(17,19,20,31)** mit Tomaten-Soße(17,19) und Feta Käse(17,19) überbacken *** Mousse au Chocolate(17,19)	verschiedene Wurst(1,2,6) - und Käsesorten(17,19) **Frisches Gemüse/Obst** Brot(20) und Butter(17,19)
Dienstag 10.10.2023	**Nürnberger Bratwürstchen(1,2,6)** mit Senf(23), dazu Sauerkraut(2,20) und Kartoffelstampf(17,19) *** Nuss-Nougat Sahnepudding(17,19,30)	**Gemüsepfanne(17,19,22)** aus frischem Gemüse in Rahm mit Kräuterreis *** Nuss-Nougat Sahnepudding(17,19,30)	verschiedene Wurst(1,2,6) - und Käsesorten(17,19) **Frisches Gemüse/Obst** Brot(20) und Butter(17,19)
Mittwoch 11.10.2023	**Ofenfrisches 1/2 Grillhähnchen** mit Bratensoße(22) Kartoffelspalten und Karottensalat(1,2) *** Vanille-Quarkspeise(17,19)	**Penne Nudeln(20)** mit Gemüse-Bolognese(22)und geriebenen Hartkäse(17,19) *** Vanille-Quarkspeise(17,19)	verschiedene Wurst(1,2,6) - und Käsesorten(17,19) **Frisches Gemüse/Obst** Brot(20) und Butter(17,19)
Donnerstag 12.10.2023	**Herzhafte Gulaschsuppe(Rind)(22)** mit Zwiebeln, Paprika und Kartoffelwürfeln *** Aprikosenkompott	**Portion Pellkartoffeln** (Speisefrühkartoffeln) mit Kräuterquark(17,19) *** Aprikosenkompott	verschiedene Wurst-(1,2,6) und Käsesorten(17,19) **Gemüsecremesuppe(17,19) (Kcal. 187)** Brot(20) und Butter(17,19)
Freitag 13.10.2023	**Gebratene Nordseescholle(20,27,31)** mit Zitronenecke, Remouladen Soße(17,19,23,31) und Dampfkartoffeln *** Mandarinenjoghurt(17,19)	**Gemüselasagne(17,19,20,31)** mit Tomaten-Soße(17,19) und Käse(17,19) überbacken *** Mandarinenjoghurt(17,19)	verschiedene Wurst(1,2,6) - und Käsesorten(17,19) **Bratheringsröllchen(3,20,23,27) (Kcal.177)** Brot(20) und Butter(17,19)
Samstag 14.10.2023	**Braunschweiger "Hoppel Poppel"** Pellkartoffelscheiben mit Zwiebeln, Speckwürfeln(1,2,6) in Ei(31) gebraten mit Gewürzgurke(1,9) *** Rhabarberkompott mit Vanillesoße(17,19)	**Bunter Steckrübeneintopf(22)** mit Kartoffelwürfeln und Petersilie *** Rhabarberkompott mit Vanillesoße(17,19)	verschiedene Wurst(1,2,6) - und Käsesorten(17,19) **Bohnen-Salat (Kcal.58)** Brot(20) und Butter(17,19)
Sonntag 15.10.2023	**Gemischtes Gulasch(Schwein & Rind)** in eigener Soße(22) mit buntem Paprika und Dampfkartoffeln *** Eisbecher Vanille-Nuss(17,19,30)	**Gedämpftes Fischfilet(27)** mit Gemüsestreifen(22) in Zitronensoße(17,19) dazu Kartoffeln *** Eisbecher Vanille-Nuss(17,19,30)	verschiedene Wurst(1,2,6) - und Käsesorten(17,19) **Weichkäse (Kcal.372)(22)** Brot(20) und Butter(17,19)

Nährwertangaben:

	Vollkost	Schonkost	Legende
Montag 09.10.2023	**Portion:** 16 E / 18g F / 16g KH/ 303 Kcal. **Dessert pro 100g:** 9g E / 11g F / 72g KH/ 432 Kcal.	**Portion:** 23g E / 9,9g F / 81g KH/ 515cal. **Dessert pro 100g:** 9g E / 11g F / 72g KH/ 432 Kcal.	**Zusatzstoffe:** 1 mit Konservierungsstoffen 2 mit Farbstoffen 3 mit Antioxidationsmittel 4 mit Geschmacksverstärker 5 geschwefelt 6 Phosphat 7 geschwärzt 8 gewachst 9 Süßstoff 10 enthält eine Phenylaninquelle 11 Säuerungsmittel 12 Stabilisatoren 13 Nitritpöckelsalz 14 koffeinhaltig 15 chininhaltig 16 Geschmacksverstärker **Allergene:** 17 Milcheiweiß 18 Schwefeldioxid und Sulfite 19 Milch- und Milcherzeugnisse 20 Glutenhaltiges Getreide 21 Soja und Sojaprodukte 22 Sellerie und Sellerieprodukte 23 Senf und Senfprodukte 24 Sesam und Sesamprodukte 25 Lupine und Lupinerzeugnisse 26 Erdnuss & Erdnusserzeugnisse 27 Fisch und Fischerzeugnisse 28 Krebs und Krebstiererzeugnisse 29 Weichtiere & Weichtiererzeugnisse 30 Schalenfrüchte und Schalenfruchterzeugnisse 31 Eier und Eiererzeugnisse
Dienstag 10.10.2023	**Portion:** 24g E / 41g F / 26g KH / 558 Kcal. **Dessert pro 100g:** 2,6g E / 3,6g F / 19g KH / 120 Kcal.	**Portion:** 9,9g E / 18,8g F / 77,2g KH / 426,6 Kcal. **Dessert pro 100g:** 2,6g E / 3,6g F / 19g KH / 120 Kcal.	
Mittwoch 11.10.2023	**Portion:** 90g E / 79g F / 38g KH/ 1258,2 Kcal. **Dessert pro 100g:** 9,8g E / 1g F / 19g KH / 117 Kcal.	**Portion:** 31g E / 11g F / 61g KH / 258,5 Kcal. **Dessert pro 100g:** 9,8g E / 1g F / 19g KH / 117 Kcal.	
Donnerstag 12.10.2023	**Portion:** 10 g E / 3g F / 12 g KH / 124 Kcal. **Dessert pro 100g:** 0,7g E / 0,5g F / 13g KH / 59 Kcal.	**Portion:** 11g E / 7g F / 30,3g KH/214,4cal. **Dessert pro 100g:** 0,7g E / 0,5g F / 13g KH / 59 Kcal.	
Freitag 13.10.2023	**Portion:** 19,7g E / 35g F / 45g KH/ 644,6 Kcal. **Dessert pro 100g:** 8,5g E / 8,1g F / 16,2g KH / 149 Kcal.	**Portion:** 17g E / 11g F / 47g KH/ 362,4cal. **Dessert pro 100g:** 8,5g E / 8,1g F / 16,2g KH / 149 Kcal.	
Samstag 14.10.2023	**Portion:** 22g E / 31g F / 30g KH/ 475 Kcal. **Dessert pro 100g:** 0,5g E / 0,1 g F / 15,1g KH / 69 Kcal.	**Portion:** 12,5g E / 3 g F / 17,25 g KH / 193,5 Kcal. **Dessert pro 100g:** 0,5g E / 0,1 g F / 15,1g KH / 69 Kcal.	
Sonntag 15.10.2023	**Portion:** 27g E / 17g F / 34g KH /423 Kcal. **Dessert pro 100g:** 2,1g E / 11g F / 30,1g KH/ 213 Kcal.	**Portion:** 23,1g E / 8g F / 22,2g KH / 259 Kcal. **Dessert pro 100g:** 2,1g E / 11g F / 30,1g KH/ 213 Kcal.	