Mittagessen KW 03 vom 17.01. – 20.01.2022

	Vollkost	Vegetarisch	Dessert
Montag	**Kartoffeleintopf** *(117kcal/6g Fett/22g KH/6g Eiweiß/4g Ballast)* **Geflügel Wiener Würstchen** *(123kcal/2g Fett/18g KH/9g Eiweiß/7g Ballast)* 	**Grießauflauf** *(410kcal/13g Fett/58g KH/14g Eiweiß)* 	**Pfirsichkompott** *(104kcal/4g Fett/13g KH/4g Eiweiß/0g Ballast)*
Dienstag	**Putengulasch** *(266kcal/16g Fett/0g KH/30 Eiweiß)* **Rigatoni** *(150kcal/1g Fett/30g KH/6g Eiweiß/3g Ballast)* **Salat** 	**Rigatoni** *(300kcal/1g Fett/61g KH/11g Eiweiß/5g Ballast)* **Tomatensoße** *(113kcal/6g Fett/10g KH/4g Eiweiß/2g Ballast)* **Salat** 	**Joghurt mit Obst** *(73kcal/0,2g Fett/17g KH/1g Eiweiß)* 
Mittwoch	**Gnocchi** *(396kcal/3g Fett/126g KH/11g Eiweiß)* **Käsesoße** *(54kcal/2g Fett/4g KH/4g Eiweiß/3g Ballast)* **Salat** 	**Semmelknödel** *(337kcal/11g Fett/49g KH/11g Eiweiß)* **Pilzragout** *(102kcal/9g Fett/1g KH/4g Eiweiß/8g Ballast)* **Salat** 	**Obst**
Donnerstag	**Fischstäbchen** **Kartoffelpüree** *(122kcal/4g Fett/18g KH/3g Eiweiß/4g Ballast)* **Remoulade** *(267kcal/30g Fett/0g KH/1g Eiweiß)* **Gemüsesticks** 	**Gemüsebällchen** *(174kcal/24g Fett/5g KH/2g Eiweiß)* **Kartoffelpüree** *(122kcal/4g Fett/18g KH/3g Eiweiß/4g Ballast)* **Remoulade** *(267kcal/30g Fett/0g KH/1g Eiweiß)* **Gemüsesticks** 	**Schokodonuts** *(230kcal/15g Fett/21g KH/3g Eiweiß)* 