

KW 37	GBG Menü 1	GBG Menü 2	GBG Vegetarisch
Montag 09.09.24	Currywurst Extra Currywurstsauce Pommes frites Obst	Geflügel Currywurst Currywurstsauce Pommes frites Obst	Currywurstsauce Pommes frites Obst
Dienstag 10.09.24	Lasagne Hausgemacht Bunte Salatauswahl Himbeerquark	Balkansalat Brötchen Fetakäse geb 2 St Himbeerquark	Lasagne Vegetarisch Bunte Salatauswahl Himbeerquark
Mittwoch 11.09.24	paniertes Seelachsfilet Gemüsesauce Kräuterdressing Kartoffelpüree Bunte Salatauswahl Obst	Germknödel mit Kirschen Vanillesauce Obst	Gemüsefrikadelle Gemüsesauce Kräuterdressing Kartoffelpüree Bunte Salatauswahl Obst
Donnerstag 12.09.24	Hähnchencordon Bleu mit Geflügelschinken Tomaten-Zucchinisauce Nudeln Vanillepudding	GBG Menü 2	Blumenkohlkäsemedaillon Tomaten-Zucchinisauce Nudeln Vanillepudding

2=mit Konservierungsstoff

a=Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse
a1=Weizen-Glutenhaltiges Getreide oder Hybridstämme sowie darau

Eier=Eier und daraus hergestellte Erzeugnisse
Fisc=Fisch und daraus hergestellte Erzeugnisse

Milc=Milch und daraus hergestellte Erzeugnisse / inkl.Lactose
Sell=Sellerie und daraus hergestellte Erzeugnisse

Senf=Senf und daraus hergestellte Erzeugnisse
Soja=Soja und daraus hergestellte Erzeugnisse

▼ Geflügel

🐟 Fisch

Änderungen vorbehalten!

KW 37	GBG Menü 1			GBG Menü 2			GBG Vegetarisch			
	Nährwert	100g/ml	Portion	% ETB	100g/ml	Portion	% ETB	100g/ml	Portion	% ETB
Montag 09.09.24	BE	0,73	4,18	3 %	0,83	4,22	3 %	1,07	4,18	3 %
	kca	144 kcal	820 kcal	41 %	104 kcal	530 kcal	27 %	100 kcal	392 kcal	20 %
	kJ	599	3.419	41 %	435	2.223	27 %	420	1.643	20 %
	Fett	9 g	50 g	76 %	3 g	17 g	26 %	4 g	14 g	21 %
	KH	9,82 g	56,08 g	46 %	10,91 g	55,76 g	45 %	14,16 g	55,37 g	45 %
	GsFs	3 g	18 g	76 %	1 g	7 g	29 %	2 g	6 g	25 %
	Zuc	4 g	22 g	45 %	4 g	22 g	43 %	6 g	22 g	43 %
	Ball	1 g	6 g	20 %	1 g	6 g	20 %	2 g	6 g	20 %
	Eiw	6 g	32 g	50 %	6 g	33 g	52 %	2 g	7 g	11 %
Dienstag 10.09.24	BE	0,95	4,84	4 %	0,21	1,16	1 %	0,60	3,08	3 %
	kca	139 kcal	710 kcal	36 %	157 kcal	854 kcal	43 %	103 kcal	526 kcal	26 %
	kJ	582	2.969	35 %	583	3.169	38 %	431	2.199	26 %
	Fett	5 g	26 g	40 %	11 g	59 g	89 %	4 g	20 g	31 %
	KH	12,61 g	64,30 g	52 %	7,16 g	38,92 g	32 %	8,46 g	43,13 g	35 %
	GsFs	3 g	14 g	58 %	6 g	35 g	147 %	2 g	11 g	46 %
	Zuc	4 g	22 g	45 %	3 g	18 g	36 %	4 g	22 g	45 %
	Ball	1 g	7 g	22 %	1 g	6 g	21 %	1 g	5 g	15 %
	Eiw	10 g	53 g	82 %	8 g	41 g	64 %	8 g	41 g	63 %
Mittwoch 11.09.24	BE	0,15	0,97	1 %	0,18	0,60	1 %	0,15	0,97	1 %
	kca	116 kcal	754 kcal	38 %	169 kcal	575 kcal	29 %	97 kcal	632 kcal	32 %
	kJ	485	3.152	38 %	714	2.429	29 %	406	2.636	31 %
	Fett	6 g	41 g	62 %	2 g	8 g	12 %	5 g	33 g	50 %
	KH	10,83 g	70,39 g	57 %	32,42 g	110,21 g	90 %	9,50 g	61,75 g	50 %
	GsFs	2 g	13 g	54 %	1 g	5 g	21 %	1 g	7 g	29 %
	Zuc	3 g	22 g	44 %	12 g	42 g	83 %	4 g	26 g	52 %
	Ball	1 g	5 g	15 %	0 g	1 g	3 %	1 g	10 g	32 %
	Eiw	3 g	22 g	34 %	4 g	14 g	22 %	2 g	15 g	23 %
Donnerstag 12.09.24	BE	0,17	0,93	1 %				0,16	0,93	1 %
	kca	127 kcal	688 kcal	34 %				126 kcal	710 kcal	36 %
	kJ	537	2.902	35 %				531	3.000	36 %
	Fett	3 g	18 g	27 %				3 g	18 g	27 %
	KH	18,26 g	98,60 g	80 %				19,82 g	112,00 g	91 %
	GsFs	1 g	6 g	26 %				1 g	5 g	22 %
	Zuc	4 g	21 g	41 %				4 g	24 g	48 %
	Ball	1 g	4 g	15 %				1 g	8 g	28 %
	Eiw	6 g	31 g	49 %				4 g	23 g	35 %

Broteinheiten (BE)
Energie (Kilokalorie (kca)
Energie (Kilojoule) (kJ)

Fett (Fett)
Kohlenhydrate
resor (KH)

Gesättigte Fettsäure (GsFs)
Zucker (gesamt) (Zuc)
Ballaststoffe (Ball)

Eiweiß (Protein) (Eiw)
Gesamt-Kochsalz (Salz)