

KW 3	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Essen 1 vegetarisch ab 4,00 €	<b>Graupensuppe (wahlweise mit Rauchfleisch) 6,00€</b> <small>N: 786.63 kcal F: 50.10 g GF: 26.32 g C: 33.06 g Z: 29.38 g P: 50.66 g S: 12.27 g B: 2.71 BE</small> 	<b>Käse-Lauchsuppe (wahlweise mit Hackfleisch) 6,00€</b> <small>N: 191.12 kcal F: 12.91 g GF: 6.84 g C: 3.16 g Z: 2.75 g P: 15.59 g S: 4.21 g B: 0.26 BE</small> 	<b>Milchreis mit Apfelmus</b> <small>N: 145.03 kcal F: 1.47 g GF: 0.85 g C: 28.17 g Z: 18.90 g P: 4.03 g S: 0.11 g B: 2.35 BE</small> 	<b>Weißkohleintopf mit Rindfleisch</b> <small>N: 401.83 kcal F: 17.12 g GF: 8.11 g C: 37.58 g Z: 8.33 g P: 23.42 g S: 3.14 g B: 3.11 BE</small> 	<b>Hochzeitsuppe</b> <small>N: 401.83 kcal F: 17.12 g GF: 8.11 g C: 37.58 g Z: 8.33 g P: 23.42 g S: 3.14 g B: 3.11 BE</small> 
	<b>Kartoffeln mit Quark</b> <small>N: 289.99 kcal F: 16.20 g GF: 9.59 g C: 30.26 g Z: 7.63 g P: 5.18 g S: 19.81 g B: 2.52 BE</small> 	<b>Gemüselasagne an Tomatensauce</b> <small>N: 138.17 kcal F: 10.21 g GF: 6.83 g C: 3.94 g Z: 2.38 g P: 7.55 g S: 1.32 g B: 0.32 BE</small> 	<b>Schmorgurken mit Kartoffelstampf</b> <small>N: 318.34 kcal F: 12.43 g GF: 5.36 g C: 40.74 g Z: 6.87 g P: 9.47 g S: 2.13 g B: 3.36 BE</small> 	<b>Chilli sin Carne</b> <small>N: 244.78 kcal F: 2.02 g GF: 0.60 g C: 27.56 g Z: 9.54 g P: 28.21 g S: 3.81 g B: 2.28 BE</small> 	<b>Gebackene Champignonsköpfe mit gem. Salat und Remoulade</b> <small>N: 576.61 kcal F: 31.90 g GF: 12.40 g C: 48.66 g Z: 13.41 g P: 23.01 g S: 15.97 g B: 4.05 BE</small> 
Essen 2 vegetarisch 5,00 €	<b>Hähnchenbrust Hawaii, fruchtige Currysoße, Reis</b> <small>N: 544.90 kcal F: 21.62 g GF: 14.07 g C: 61.87 g Z: 7.95 g P: 24.25 g S: 2.18 g B: 5.12 BE</small> 	<b>Spagetti mit Carbonarasoße und geriebender Käse</b> <small>N: 321.95 kcal F: 10.62 g GF: 4.73 g C: 41.61 g Z: 5.22 g P: 14.42 g S: 20.29 g B: 3.47 BE</small> 	<b>Rippchen mit Kartoffelwedges und Krautsalat</b> <small>N: 777.75 kcal F: 45.05 g GF: 16.99 g C: 54.14 g Z: 29.24 g P: 35.06 g S: 43.91 g B: 4.52 BE</small> 	<b>Hähnchenwurstgulasch mit Nudeln</b> <small>N: 163.52 kcal F: 6.07 g GF: 2.27 g C: 9.44 g Z: 0.33 g P: 17.56 g S: 0.10 g B: 0.79 BE</small> 	<b>Fischstäbchen mit Spinat und Kartoffeln</b> <small>N: 647.48 kcal F: 24.26 g GF: 5.80 g C: 68.52 g Z: 4.53 g P: 36.82 g S: 1.87 g B: 5.70 BE</small> 
	<b>Essen 3 6,00 €</b>				<b>Hähnchenwurstgulasch mit Nudeln</b> <small>N: 163.52 kcal F: 6.07 g GF: 2.27 g C: 9.44 g Z: 0.33 g P: 17.56 g S: 0.10 g B: 0.79 BE</small> 
Essen 4				<b>Lachsfilet mit glasierten Möhren, Zitronenbuttersoße und Drillingskartoffeln (12,90€)</b> <small>N: 632.92 kcal F: 31.10 g GF: 7.83 g C: 32.62 g Z: 9.15 g P: 54.78 g S: 2.73 g B: 2.70 BE</small> 	

Nährwertangaben pro Portion N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Proteinheit

- Allergene Inhaltsstoffe**
- a Gluten
  - c Eierschalen
  - f Soja
  - g1 Getreidegluten
  - j Senf
  - z Milch
- Öffnungszeiten**
- Frühstück:  
 Öffnungszeiten Mon - Fri:  
 Mittagstisch Mon - Fri:

- Zusatzstoffe**
- 2 mit Konservierungsstoffen
- 15 Nitrat/Nitrit
- Öffnungszeiten**
- 08.00 - 11.00 Uhr  
 08.00 - 15.00 Uhr  
 11.30 - 14.15 Uhr

**Eigenschaften**

- ♣ Geflügel
- l Laktose
- o Schweinefleisch
- ☞ Knoblauch
- ☞ Rindfleisch
- ☞ Vegetarisch

**Speisen, nur solange der Vorrat reicht - Änderungen vorbehalten**

Telefonnummer: (030) 2325 1950  
 E-Mail-Adresse: kantine.abgh@u-s-e.org  
 Einlass externer Gäste siehe Hinweise