<table>
<thead>
<tr>
<th>Montag, 07.01.2019</th>
<th>Mittwoch, 09.01.2019</th>
<th>Donnerstag, 10.01.2019</th>
<th>Freitag, 11.01.2019</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>Essen</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Reibekuchen mit frischem Apfelkompott</td>
<td>Reibekuchen mit frischem Apfelkompott</td>
<td>Reibekuchen mit frischem Apfelkompott</td>
<td>Reibekuchen mit frischem Apfelkompott</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Frikandel mit Röstzwiebel und Pommes Frites</td>
<td>Frikandel mit Röstzwiebel und Pommes Frites</td>
<td>Frikandel mit Röstzwiebel und Pommes Frites</td>
<td>Frikandel mit Röstzwiebel und Pommes Frites</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Asiatische Bolognese vom Rind mit chinesischen Nudeln</td>
<td>Asiatische Bolognese vom Rind mit chinesischen Nudeln</td>
<td>Asiatische Bolognese vom Rind mit chinesischen Nudeln</td>
<td>Asiatische Bolognese vom Rind mit chinesischen Nudeln</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Grillgetreide mit Linsen und Chia-Seed</td>
<td>Grillgetreide mit Linsen und Chia-Seed</td>
<td>Grillgetreide mit Linsen und Chia-Seed</td>
<td>Grillgetreide mit Linsen und Chia-Seed</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Pastasalat</td>
<td>Pastasalat</td>
<td>Pastasalat</td>
<td>Pastasalat</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Suppen</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Rindfleisch-Eintopf mit Royal und Fläde</td>
<td>Rindfleisch-Eintopf mit Royal und Fläde</td>
<td>Rindfleisch-Eintopf mit Royal und Fläde</td>
<td>Rindfleisch-Eintopf mit Royal und Fläde</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Roter Bohneneintopf &quot;Gaucho&quot; mit Meltwurst vom Schwein</td>
<td>Roter Bohneneintopf &quot;Gaucho&quot; mit Meltwurst vom Schwein</td>
<td>Roter Bohneneintopf &quot;Gaucho&quot; mit Meltwurst vom Schwein</td>
<td>Roter Bohneneintopf &quot;Gaucho&quot; mit Meltwurst vom Schwein</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Kartoffelauflauf mit Karotten, Cashewkerne und Balkankäse, dazu Zimtzwetschen</strong></td>
<td><strong>Kartoffelauflauf mit Karotten, Cashewkerne und Balkankäse, dazu Zimtzwetschen</strong></td>
<td><strong>Kartoffelauflauf mit Karotten, Cashewkerne und Balkankäse, dazu Zimtzwetschen</strong></td>
<td><strong>Kartoffelauflauf mit Karotten, Cashewkerne und Balkankäse, dazu Zimtzwetschen</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
<td><strong>Pastasalat</strong></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Dienstag, 08.01.2019</td>
<td>Mittwoch, 09.01.2019</td>
<td>Donnerstag, 10.01.2019</td>
<td>Freitag, 11.01.2019</td>
</tr>
<tr>
<td>----------------------</td>
<td>----------------------</td>
<td>----------------------</td>
<td>----------------------</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Beilagen</strong></td>
<td><strong>Beilagensalat mit French Dressing</strong> (3, A, A10, A12)</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Brennwert = 1255 kJ (299 kcal), Fett = 18,3g, Kohlenhydrate = 17,3g, Eiweiß = 9,2g</td>
<td>Brennwert = 678 kJ (165 kcal), Fett = 13,8g, Kohlenhydrate = 6,3g, Eiweiß = 4,4g</td>
<td>Brennwert = 228 kJ (55 kcal), Fett = 4,1g, Kohlenhydrate = 3,0g, Eiweiß = 1,5g</td>
<td>Brennwert = 729 kJ (175 kcal), Fett = 12,0g, Kohlenhydrate = 13,5g, Eiweiß = 3,6g</td>
</tr>
<tr>
<td>S: 0,05 €</td>
<td>B: 0,08 €</td>
<td>G: 0,09 €</td>
<td>S: 0,05 €</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Grüner Bohnensalat mit Tomaten, Mais und Kidneybohnen</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Brennwert = 708 kJ (169 kcal), Fett = 10,1g, Kohlenhydrate = 11,9g, Eiweiß = 4,8g</td>
<td>Brennwert = 248 kJ (59 kcal), Fett = 8,9g, Kohlenhydrate = 5,1g, Eiweiß = 1,9g</td>
<td>Brennwert = 153 kJ (36 kcal), Fett = 6,0g, Kohlenhydrate = 2,1g, Eiweiß = 0,9g</td>
<td>Brennwert = 1255 kJ (299 kcal), Fett = 18,3g, Kohlenhydrate = 17,3g, Eiweiß = 9,2g</td>
</tr>
<tr>
<td>S: 0,05 €</td>
<td>B: 0,08 €</td>
<td>G: 0,09 €</td>
<td>S: 0,05 €</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Käseregenie</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Brennwert = 985 kJ (231 kcal), Fett = 23,0g, Kohlenhydrate = 4,1g, Eiweiß = 2,3g</td>
<td>Brennwert = 952 kJ (227 kcal), Fett = 23,0g, Kohlenhydrate = 3,7g, Eiweiß = 2,3g</td>
<td>Brennwert = 1530 kJ (362 kcal), Fett = 3,5g, Kohlenhydrate = 63,2g, Eiweiß = 6,1g</td>
<td>Brennwert = 549 kJ (131 kcal), Fett = 10,3g, Kohlenhydrate = 7,2g, Eiweiß = 3,1g</td>
</tr>
<tr>
<td>S: 0,05 €</td>
<td>B: 0,08 €</td>
<td>G: 0,09 €</td>
<td>S: 0,05 €</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pariser Karotten</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Brennwert = 1566 kJ (371 kcal), Fett = 19,2g, Kohlenhydrate = 5,4g, Eiweiß = 5,2g</td>
<td>Brennwert = 609 kJ (145 kcal), Fett = 12,4g, Kohlenhydrate = 3,9g, Eiweiß = 3,5g</td>
<td>Brennwert = 844 kJ (200 kcal), Fett = 13,3g, Kohlenhydrate = 4,5g, Eiweiß = 2,8g</td>
<td>Brennwert = 1122 kJ (268 kcal), Fett = 26,9g, Kohlenhydrate = 25,9g, Eiweiß = 18,1g</td>
</tr>
<tr>
<td>S: 0,05 €</td>
<td>B: 0,08 €</td>
<td>G: 0,09 €</td>
<td>S: 0,05 €</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Apfelsalat</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Brennwert = 1712 kJ (408 kcal), Fett = 19,0g, Kohlenhydrate = 39,5g, Eiweiß = 8,1g</td>
<td>Brennwert = 1172 kJ (280 kcal), Fett = 17,9g, Kohlenhydrate = 32,6g, Eiweiß = 7,0g</td>
<td>Brennwert = 1060 kJ (253 kcal), Fett = 2,1g, Kohlenhydrate = 23,6g, Eiweiß = 17,0g</td>
<td>Brennwert = 1379 kJ (329 kcal), Fett = 17,3g, Kohlenhydrate = 37,2g, Eiweiß = 4,7g</td>
</tr>
<tr>
<td>S: 0,05 €</td>
<td>B: 0,08 €</td>
<td>G: 0,09 €</td>
<td>S: 0,05 €</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Desserts</strong></td>
<td><strong>Superfood-Chaishake mit Mandelmilch und Waldfrüchten</strong> (A8)</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Brennwert = 531 kJ (127 kcal), Fett = 9,7g, Kohlenhydrate = 25,4g, Eiweiß = 2,0g</td>
<td>Brennwert = 844 kJ (202 kcal), Fett = 7,9g, Kohlenhydrate = 44,1g, Eiweiß = 5,2g</td>
<td>Brennwert = 228 kJ (55 kcal), Fett = 4,1g, Kohlenhydrate = 6,1g, Eiweiß = 1,5g</td>
<td>Brennwert = 457 kJ (109 kcal), Fett = 4,9g, Kohlenhydrate = 10,9g, Eiweiß = 1,2g</td>
</tr>
<tr>
<td>S: 0,05 €</td>
<td>B: 0,08 €</td>
<td>G: 0,09 €</td>
<td>S: 0,05 €</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Heidelbeerquark</strong></td>
<td><strong>Quark mit Waldfrüchten</strong> (15, A7)</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Brennwert = 1265 kJ (302 kcal), Fett = 2,3g, Kohlenhydrate = 4,1g, Eiweiß = 2,3g</td>
<td>Brennwert = 1265 kJ (302 kcal), Fett = 4,1g, Kohlenhydrate = 4,1g, Eiweiß = 2,3g</td>
<td>Brennwert = 915 kJ (218 kcal), Fett = 4,0g, Kohlenhydrate = 5,4g, Eiweiß = 3,3g</td>
<td>Brennwert = 1122 kJ (268 kcal), Fett = 2,3g, Kohlenhydrate = 5,4g, Eiweiß = 2,8g</td>
</tr>
<tr>
<td>S: 0,05 €</td>
<td>B: 0,08 €</td>
<td>G: 0,09 €</td>
<td>S: 0,05 €</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Mandarinen-Orangen-Joghurt-Quark</strong> (15, A7)</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Brennwert = 1397 kJ (332 kcal), Fett = 17,9g, Kohlenhydrate = 32,7g, Eiweiß = 4,7g</td>
<td>Brennwert = 1800 kJ (432 kcal), Fett = 26,9g, Kohlenhydrate = 67,3g, Eiweiß = 7,8g</td>
<td>Brennwert = 1712 kJ (408 kcal), Fett = 23,0g, Kohlenhydrate = 39,5g, Eiweiß = 8,1g</td>
<td>Brennwert = 1060 kJ (253 kcal), Fett = 2,1g, Kohlenhydrate = 23,6g, Eiweiß = 17,0g</td>
</tr>
<tr>
<td>S: 0,05 €</td>
<td>B: 0,08 €</td>
<td>G: 0,09 €</td>
<td>S: 0,05 €</td>
</tr>
</tbody>
</table>