

# Essig Firmengruppe

Gültig vom 31.08.2020 bis 06.09.2020

KW 36	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
R6	31.08.2020	01.09.2020	02.09.2020	03.09.2020	04.09.2020	05.09.2020	06.09.2020
<b>Suppe</b>	R Kraftbrühe mit Nudleinlage (G,a,Ei)	S, R Fränkische Kartoffelsuppe (M,02,03,11)	R Kraftbrühe Flädle (G,a,Ei,M)	S, R Tomatensuppe (04)	V Gemüsebrühe mit Suppensternchen (G,a,Ei)	V Paprikacremesuppe (M)	R Gebundene Ochsenchwanzsuppe (G,a,c,Sel)
<b>Vollkost</b>	S Hacksteak mit (G,a,Ei,Sen) Zwiebelsauce und Sommergemüse (M) dazu Kartoffeln	S Tiroler Gulasch (SO2,02,03,05) dazu Semmelknödel (G,a,Ei) Blattsalat Dressing (SO2,01,03,05)	S, R Szegeidiner Gulasch dazu Kartoffelpüree (Soj,M)	S Gyros Spieß mit Pikante Sauce dazu Duvec-Reis mit Blattsalat Dressing (Sen,06)	S Kohlroulade mit (G,a,Ei,Sen) Kümmelsauce dazu Kartoffelpüree (Soj,M)	S, R Landfrauentopf mit Schinkenwurstwürfel (Sel,Sen,02,03,11)	S Schweinelachs mit Kalbsbrätfüllung (G,a,Ei,01,02,03,04,11) Specksauce und (02,03,11) Pariser Karotten (M) dazu Kartoffelknödel (Ei)
<b>Leichte Vollkost</b>	S, KA Kalbfleischkäse (03,11) Sauce und Kaisergemüse (M) dazu Kartoffelpüree (Soj,M)	S Schweinebraten mit (03,11) Sauce dazu Kartoffelpüree (Soj,M) Blattsalat mit Dressing (SO2,01,03,05)	GE Geflügelklöße mit (G,a) Dillsauce und (M,04) Mediterranes Gemüse (04) dazu Kräuterreis (M,Sen,04)	R Gemüse-Nudelpfanne mit Rinderhackfleisch (G,a,Ei,M,Sel) dazu Tomatensauce (04) Blattsalat Dressing (SO2,01,03,05)	V Dampfnudel mit (G,a,Ei,M) Vanillesauce (M)	S Rostbratwurst mit (M,Sen,03) Sauce Erbsen-Karottengemüse (M) dazu Kartoffelpüree (Soj,M)	KA Kalbsragout und (G,c,Sel) Pariser Karotten (M) Fusilli (G,a)
<b>Vegetarisch</b>	V Gemüsetasche Vitality mit (G,a,Ei,M,Sel) grüner Sauce (M) dazu Reis (M)	V Pfannkuchen mit (G,a,Ei,M) Apfelmus (03)	V Vegetarisch gefüllte Paprika mit (G,a,Sel,Sen) Tomatensauce (M) Kräuterreis (M,Sen,04)	V Vegetarische Cannelloni mit (G,a,Ei,M) Käsesauce (M) Blattsalat mit Dressing (SO2,01,03,05)	V Spanischer Kartoffelauflauf mit (Ei,M) Tomatensauce (M)	R Waldpilzragout (M) dazu Serviettenknödel (G,a,Ei)	V Blumenkohl "Schweizer Art" (M) dazu Röstinchen
<b>Vital</b>	LA Lammragout mit Sommergemüse (M) dazu Rosmarinkartoffeln	V Schupfnudel-Gemüsepfanne (G,a,Ei,M,02) mit Kräutersauce (M,Sen,04) dazu Blattsalat und Dressing (SO2,01,03,05)	S Champignonfleischkäse mit (Sen,02,03,11) Senfsauce und (Sen) Bauernkartoffeln (mit Gemüse) (M)	GE Hähnchen Cordon Bleu mit (G,a,Ei,M,Sel,01,02,03,11) pikanter Sauce dazu Kartoffeln Blattsalat mit Dressing (SO2,01,03,05)	F Alaska Seelachs in gerösteter Mehrkornpanade (G,a,F) mit Kräutersauce (M,Sen,04) dazu Farfalle Tricolori (G,a)	S Kassler Hals auf (02,03,11) Sauce Erbsen-Karottengemüse (M) dazu Kartoffeln	R Rinderroulade mit (Sen) Sauce und Brokkoliröschen (M) dazu Kartoffelknödel (Ei)
<b>Dessert</b>	V Apfelmus (03)	V Waldfruchtjoghurt (M)	V Frisches Obst	V Pfirsich-Maracuja-Joghurt (M)	V Frisches Obst	V Buttermilchdessert Birne-Vanille (M,01)	V Erdbeerquarkcreme (M)
<b>Abendessen</b>	S Grobe Schinkenwurst mit (Sel,Sen,02,03,11) Farmersalat und (Ei,M,02) Essiggurke (02,06) dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)	S Mortadella (N,g,Sel,Sen,02,03,11) Champignonstreichkäse und (M) Radieschen dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)	S Bierschinken (Sel,Sen,01,02,03,11) Gouda (M) Hirtensalat und (M) Tomate dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)	S Frikadelle mit (G,a,Ei,Sen) Senf und (Sen) Kartoffel-Gurken-Salat (Sen,SO2,01,03,05)	V Angemachter Philadelphia (M,Sel,02) Fleischwurst im Ring (02,03,11) Mixed Pickles (SO2,03,05,06) dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)	S Aufschnitt mit (N,g,Sel,Sen,02,03,11) Tilsiter (M) Silberzwiebeln (SO2,03,05,06) dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)	GE Geflügelauflauf (Sel,Sen,01,02,03,11) Maasdamer (M) Nudelsalat (G,a,Ei,Sel,Sen,SO2,01,02,03,05,11) dazu Brot und (G,a,b) Butter (M)

KW 36	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
R6	31.08.2020	01.09.2020	02.09.2020	03.09.2020	04.09.2020	05.09.2020	06.09.2020
<b>Suppe</b>	Brennwert 118 kcal / 495 kJ Fett 1,2 g davon gesättigte Fettsäuren 0,47 g Kohlenhydrate 22,4 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 4,1 g Salz 1,55 g	Brennwert 45 kcal / 189 kJ Fett 2,3 g davon gesättigte Fettsäuren 1,14 g Kohlenhydrate 4,4 g davon Zucker 0,9 g Eiweiß 1,3 g Salz 1,06 g	Brennwert 67 kcal / 280 kJ Fett 3,3 g davon gesättigte Fettsäuren 0,71 g Kohlenhydrate 7,1 g davon Zucker 1,2 g Eiweiß 2,2 g Salz 1,80 g	Brennwert 24 kcal / 101 kJ Fett 0,4 g davon gesättigte Fettsäuren 0,07 g Kohlenhydrate 4,0 g davon Zucker 2,9 g Eiweiß 0,8 g Salz 0,24 g	Brennwert 109 kcal / 457 kJ Fett 0,9 g davon gesättigte Fettsäuren 0,26 g Kohlenhydrate 21,1 g davon Zucker 0,9 g Eiweiß 3,9 g Salz 0,05 g	Brennwert 13 kcal / 53 kJ Fett 0,8 g davon gesättigte Fettsäuren 0,43 g Kohlenhydrate 1,2 g davon Zucker 0,4 g Eiweiß 0,2 g Salz 0,26 g	Brennwert 11 kcal / 45 kJ Fett 0,2 g davon gesättigte Fettsäuren 0,12 g Kohlenhydrate 2,0 g davon Zucker 0,4 g Eiweiß 0,1 g Salz 0,65 g
<b>Vollkost</b>	Brennwert 531 kcal / 2221 kJ Fett 28,1 g davon gesättigte Fettsäuren 7,83 g Kohlenhydrate 47,3 g davon Zucker 10,3 g Eiweiß 20,1 g Salz 3,50 g	Brennwert 582 kcal / 2436 kJ Fett 25,5 g davon gesättigte Fettsäuren 9,35 g Kohlenhydrate 54,9 g davon Zucker 6,8 g Eiweiß 31,7 g Salz 4,69 g	Brennwert 261 kcal / 1093 kJ Fett 17,6 g davon gesättigte Fettsäuren 7,55 g Kohlenhydrate 9,0 g davon Zucker 3,2 g Eiweiß 14,3 g Salz 1,99 g	Brennwert 190 kcal / 794 kJ Fett 2,3 g davon gesättigte Fettsäuren 0,66 g Kohlenhydrate 37,6 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 4,2 g Salz 4,79 g	Brennwert 399 kcal / 1669 kJ Fett 26,2 g davon gesättigte Fettsäuren 11,91 g Kohlenhydrate 21,4 g davon Zucker 6,8 g Eiweiß 12,0 g Salz 3,32 g	Brennwert 219 kcal / 918 kJ Fett 7,2 g davon gesättigte Fettsäuren 2,65 g Kohlenhydrate 26,1 g davon Zucker 5,4 g Eiweiß 10,9 g Salz 2,84 g	Brennwert 316 kcal / 1324 kJ Fett 12,7 g davon gesättigte Fettsäuren 4,37 g Kohlenhydrate 28,7 g davon Zucker 11,6 g Eiweiß 20,7 g Salz 2,97 g
<b>Leichte Vollkost</b>	Brennwert 346 kcal / 1447 kJ Fett 26,4 g davon gesättigte Fettsäuren 10,95 g Kohlenhydrate 13,5 g davon Zucker 6,7 g Eiweiß 13,7 g Salz 3,36 g	Brennwert 230 kcal / 964 kJ Fett 13,4 g davon gesättigte Fettsäuren 6,10 g Kohlenhydrate 7,5 g davon Zucker 3,1 g Eiweiß 18,3 g Salz 2,69 g	Brennwert 382 kcal / 1598 kJ Fett 8,4 g davon gesättigte Fettsäuren 2,63 g Kohlenhydrate 58,3 g davon Zucker 5,0 g Eiweiß 17,5 g Salz 5,93 g	Brennwert 602 kcal / 2520 kJ Fett 18,2 g davon gesättigte Fettsäuren 4,97 g Kohlenhydrate 71,3 g davon Zucker 9,4 g Eiweiß 35,5 g Salz 4,52 g	Brennwert 683 kcal / 2856 kJ Fett 23,0 g davon gesättigte Fettsäuren 3,37 g Kohlenhydrate 102,0 g davon Zucker 24,4 g Eiweiß 17,0 g Salz 2,00 g	Brennwert 429 kcal / 1794 kJ Fett 27,4 g davon gesättigte Fettsäuren 11,64 g Kohlenhydrate 21,5 g davon Zucker 9,1 g Eiweiß 20,1 g Salz 4,99 g	Brennwert 394 kcal / 1650 kJ Fett 7,4 g davon gesättigte Fettsäuren 1,16 g Kohlenhydrate 67,5 g davon Zucker 13,0 g Eiweiß 11,7 g Salz 2,61 g
<b>Vegetarisch</b>	Brennwert 478 kcal / 2000 kJ Fett 14,0 g davon gesättigte Fettsäuren 3,29 g Kohlenhydrate 75,3 g davon Zucker 2,9 g Eiweiß 11,5 g Salz 6,52 g	Brennwert 660 kcal / 2761 kJ Fett 15,2 g davon gesättigte Fettsäuren 4,70 g Kohlenhydrate 103,6 g davon Zucker 34,6 g Eiweiß 22,3 g Salz 1,20 g	Brennwert 505 kcal / 2115 kJ Fett 12,9 g davon gesättigte Fettsäuren 2,42 g Kohlenhydrate 76,5 g davon Zucker 9,7 g Eiweiß 17,4 g Salz 8,68 g	Brennwert 505 kcal / 2112 kJ Fett 11,8 g davon gesättigte Fettsäuren 7,33 g Kohlenhydrate 75,0 g davon Zucker 8,5 g Eiweiß 24,3 g Salz 3,82 g	Brennwert 317 kcal / 1326 kJ Fett 10,5 g davon gesättigte Fettsäuren 5,27 g Kohlenhydrate 37,4 g davon Zucker 8,7 g Eiweiß 15,1 g Salz 1,45 g	Brennwert 356 kcal / 1490 kJ Fett 7,3 g davon gesättigte Fettsäuren 1,63 g Kohlenhydrate 64,0 g davon Zucker 9,8 g Eiweiß 6,9 g Salz 3,94 g	Brennwert 371 kcal / 1552 kJ Fett 15,7 g davon gesättigte Fettsäuren 3,17 g Kohlenhydrate 44,1 g davon Zucker 5,2 g Eiweiß 9,7 g Salz 1,98 g
<b>Vital</b>	Brennwert 387 kcal / 1621 kJ Fett 12,6 g davon gesättigte Fettsäuren 3,51 g Kohlenhydrate 37,8 g davon Zucker 10,6 g Eiweiß 28,1 g Salz 2,15 g	Brennwert 425 kcal / 1777 kJ Fett 12,9 g davon gesättigte Fettsäuren 2,19 g Kohlenhydrate 65,6 g davon Zucker 11,5 g Eiweiß 9,4 g Salz 3,00 g	Brennwert 307 kcal / 1286 kJ Fett 17,4 g davon gesättigte Fettsäuren 5,65 g Kohlenhydrate 21,9 g davon Zucker 4,2 g Eiweiß 11,9 g Salz 4,35 g	Brennwert 444 kcal / 1859 kJ Fett 13,6 g davon gesättigte Fettsäuren 3,58 g Kohlenhydrate 44,8 g davon Zucker 5,1 g Eiweiß 33,0 g Salz 2,78 g	Brennwert 565 kcal / 2366 kJ Fett 11,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,68 g Kohlenhydrate 85,9 g davon Zucker 4,8 g Eiweiß 25,3 g Salz 2,06 g	Brennwert 419 kcal / 1754 kJ Fett 12,1 g davon gesättigte Fettsäuren 4,41 g Kohlenhydrate 47,8 g davon Zucker 9,8 g Eiweiß 24,7 g Salz 5,18 g	Brennwert 316 kcal / 1324 kJ Fett 8,9 g davon gesättigte Fettsäuren 3,25 g Kohlenhydrate 27,7 g davon Zucker 5,5 g Eiweiß 31,0 g Salz 4,26 g
<b>Dessert</b>	Brennwert 83 kcal / 346 kJ Fett 0,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,12 g Kohlenhydrate 19,0 g davon Zucker 17,2 g Eiweiß 0,2 g Salz 0,00 g	Brennwert 122 kcal / 512 kJ Fett 3,6 g davon gesättigte Fettsäuren 2,40 g Kohlenhydrate 18,0 g davon Zucker 17,4 g Eiweiß 4,6 g Salz 0,16 g	Brennwert 31 kcal / 128 kJ Fett 0,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,01 g Kohlenhydrate 7,2 g davon Zucker 6,6 g Eiweiß 0,2 g Salz 0,00 g	Brennwert 122 kcal / 512 kJ Fett 3,6 g davon gesättigte Fettsäuren 2,40 g Kohlenhydrate 18,0 g davon Zucker 17,4 g Eiweiß 4,6 g Salz 0,16 g	Brennwert 31 kcal / 128 kJ Fett 0,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,01 g Kohlenhydrate 7,2 g davon Zucker 6,6 g Eiweiß 0,2 g Salz 0,00 g	Brennwert 144 kcal / 602 kJ Fett 4,7 g davon gesättigte Fettsäuren 3,24 g Kohlenhydrate 20,5 g davon Zucker 19,8 g Eiweiß 4,2 g Salz 0,19 g	Brennwert 144 kcal / 602 kJ Fett 4,6 g davon gesättigte Fettsäuren 3,00 g Kohlenhydrate 18,0 g davon Zucker 16,8 g Eiweiß 7,4 g Salz 0,16 g
<b>Abendessen</b>	Brennwert 581 kcal / 2429 kJ Fett 32,6 g davon gesättigte Fettsäuren 13,33 g Kohlenhydrate 51,4 g davon Zucker 5,9 g Eiweiß 17,5 g Salz 3,37 g	Brennwert 595 kcal / 2491 kJ Fett 34,5 g davon gesättigte Fettsäuren 17,25 g Kohlenhydrate 50,3 g davon Zucker 5,4 g Eiweiß 18,6 g Salz 3,24 g	Brennwert 534 kcal / 2233 kJ Fett 25,4 g davon gesättigte Fettsäuren 14,90 g Kohlenhydrate 50,8 g davon Zucker 4,6 g Eiweiß 23,0 g Salz 3,84 g	Brennwert 393 kcal / 1645 kJ Fett 30,5 g davon gesättigte Fettsäuren 7,69 g Kohlenhydrate 15,1 g davon Zucker 2,8 g Eiweiß 13,4 g Salz 4,32 g	Brennwert 554 kcal / 2320 kJ Fett 29,1 g davon gesättigte Fettsäuren 15,77 g Kohlenhydrate 50,9 g davon Zucker 6,3 g Eiweiß 19,2 g Salz 3,08 g	Brennwert 629 kcal / 2631 kJ Fett 37,4 g davon gesättigte Fettsäuren 19,09 g Kohlenhydrate 49,7 g davon Zucker 4,0 g Eiweiß 21,0 g Salz 3,51 g	Brennwert 623 kcal / 2606 kJ Fett 32,0 g davon gesättigte Fettsäuren 15,08 g Kohlenhydrate 55,6 g davon Zucker 3,6 g Eiweiß 25,4 g Salz 3,62 g