

# Speiseplan vom 07.01. - 13.01.2019

Cafeteria St. Johannes Hospital Varel

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Suppe 1,20€ Menü 1 4,40€</b>	<b>Kürbiscremesuppe</b> 24 Hirtenrolle mit Tzaziki, Tomatenreis und Krautsalat 3,18,18a,20,23,24 24 714 Kcal/ 38,4 g F/ 16,8 g ges.Fs/ 29,1 g E/ 60,1 g KH/ 19,4 g Zucker/ 5,2 g Salz	<b>Karottencreme</b> 18,18a,20,23,24,26,27 "Cordon bleu" v. Huhn mit Geflügelsauce, Erbsen und Kartoffeln 2,18,18a,24 18,24 742 Kcal/ 28,4 g F/ 9,3 g ges.Fs/ 46,7 g E/ 72,4 g KH/ 26,5 g Zucker/ 4 g Salz	<b>Spargelcremesuppe</b> 24 Köttbullar 18,18d,20 Champignonsauce 18,24 Kartoffeln Gurkensalat 533 Kcal/ 28 g F/ 11,7 g ges.Fs/ 19,7 g E/ 53,2 g KH/ 19,1 g Zucker/ 4,4 g Salz	<b>Frühlingsuppe</b> 18,18a,20,24,26,27 Currywurst 3,8,27 Kräuterkartoffeln 804 Kcal/ 49,6 g F/ 20,1 g ges.Fs/ 32,8 g E/ 56,4 g KH/ 35,6 g Zucker/ 6,5 g Salz	<b>Kräutercremesuppe</b> 18,18a,20,23,24,26,27 Pan. Seelachsfilet 18,18a,21 Kartoffelsalat 18,18a,20,27 591 Kcal/ 18,3 g F/ 7,4 g ges.Fs/ 29,1 g E/ 75,8 g KH/ 34,9 g Zucker/ 3,2 g Salz
<b>Suppe 1,20€ Front-cooking 4,80 €</b>	<b>Kürbiscremesuppe</b> 24 Paprikaschnitzel vom Schwein mit Spätzle und Krautsalat 1,18,18a,20,24 24 18,18a,20 712 Kcal/ 29,5 g F/ 9,3 g ges.Fs/ 46,9 g E/ 63 g KH/ 22,1 g Zucker/ 7,8 g Salz	<b>Karottencreme</b> 24 Lachsfilet gebraten mit Senf-Hollandaise und Blattspinat, dazu Salzkartoffeln 1,18,20,21,23,24,26,27 20,24,26,27 24 703 Kcal/ 41,7 g F/ 8,7 g ges.Fs/ 35,7 g E/ 44,4 g KH/ 7,2 g Zucker/ 4,8 g Salz	<b>Spargelcremesuppe</b> 24 Schweinekammsteak mit Kräuterbutter, Balkangemüse und Kräuterkartoffeln 2,3,11 24 4,40 € 722 Kcal/ 42,6 g F/ 19,1 g ges.Fs/ 40,3 g E/ 43,6 g KH/ 12,1 g Zucker/ 3 g Salz	<b>Kräutercremesuppe</b> 18,18a,20,23,24,26,27 Grüne Bandnudeln mit Sahnesauce, Shrimps und Salat mit Sylter-Dressing 18 18,24 19 4,80 € 702 Kcal/ 27 g F/ 8,9 g ges.Fs/ 30,5 g E/ 84,8 g KH/ 10,4 g Zucker/ 3,6 g Salz	<b>Gemüsecremesuppe</b> 18,18a,20,23,24,26,27 halbes Hähnchen mit Pommes Frites 4 4,40 € 1003 Kcal/ 50,7 g F/ 15,1 g ges.Fs/ 103,9 g E/ 31,3 g KH/ 7,3 g Zucker/ 2,2 g Salz
<b>Suppe 1,20€ Menü 3 4,40€</b>	<b>Kürbiscremesuppe</b> 24 Nudeln mit Sauce Arrabiata und Möhrensalat 18 1015 Kcal/ 13,5 g F/ 2,5 g ges.Fs/ 33,4 g E/ 186,1 g KH/ 19,7 g Zucker/ 4,2 g Salz	<b>Karottencreme</b> 18,18a,20,23,24,26,27 Gemüsefrikadelle 18,18a,20 Kräuterdip 1,18,18a,20,24 Kartoffelgratin 8,20,24,26 747 Kcal/ 52,5 g F/ 25,8 g ges.Fs/ 17,5 g E/ 50,6 g KH/ 27,3 g Zucker/ 3,7 g Salz	<b>Spargelcremesuppe</b> 24 Spätzlepfanne mit Bohnensalat 18,18a,20 2,10,11 661 Kcal/ 28,9 g F/ 12,1 g ges.Fs/ 25,6 g E/ 74,2 g KH/ 19,3 g Zucker/ 5,3 g Salz	<b>Frühlingsuppe</b> 18,18a,20,24,26,27 Couscouspfanne mit Joghurdip 18,18a 24 588 Kcal/ 24,5 g F/ 10,3 g ges.Fs/ 17 g E/ 73,3 g KH/ 34,2 g Zucker/ 2,7 g Salz	<b>Kräutercremesuppe</b> 18,18a,20,23,24,26,27 Quarkkeulchen mit Vanillesauce 1,24 971 Kcal/ 32,2 g F/ 14,5 g ges.Fs/ 29,5 g E/ 138,2 g KH/ 77,1 g Zucker/ 1,9 g Salz

## Mitarbeiter erhalten einen Rabatt in Höhe von 1,30 € / Mitarbeiter Preis Suppe 0,80€

1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 Geschmacksverstärker, 5 geschwefelt, 6 geschwärzt, 7 gewachst, 8 mit Phosphat, 9 Süßholzextrakte, 10 Süßungsmittel(n), 11 mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, 12 enthält eine Phenylalaninquelle, 13 abführende Wirkung, 14 chininhaltig, 15 Kochsalzersatz, 16 bestrahlt, 17 mit Nitrat/Nitritpökelsalz, 18 Gluten/ -erzeugnisse, 18a Weizen, Dinkel, Kamut, 18b Roggen, 18c Gerste, 18d Hafer, 19 Krebstiere/ -erzeugnisse, 20 Eier/ -erzeugnisse, 21 Fisch/ -erzeugnisse, 22 Erdnüsse/ -erzeugnisse, 23 Soja/ -erzeugnisse, 24 Milch/ -erzeugnisse, 25 Schalenfrüchte/ -erzeugnisse, 25a Haselnuss, 25b Walnuss, 25c Cashewnuss, 25d Pekanuss, 25e Paranuss, 25f Macadamianuss, 25g Pistazien, 25h Mandeln, 26 Sellerie/ -erzeugnisse, 27 Senf/ -erzeugnisse, 28 Sesamsamen/ -erzeugnisse, 29 Schwefeldioxid u. -sulfite, 30 Lupine/ -erzeugnisse, 31 Weichtiere/ -erzeugnisse, 32 erhöhter Koffeingehalt, 33 gentechnisch verändert, 34 beeinträchtigt Aufmerksamkeit, 35 mit zugesetzten Pflanzensterinen, 36 vermeiden bei erhöhtem Blutdruck