













Lebenshilfe

Südliche Weinstraße

Ansprechpartner: Friedrich, Michael
 Marie-Curie-Str. 5a
 76829 Landau
 Telefon: 06341/5497 121

Mittagessen KW 46 vom 15.11. – 18.11.2021

	Vollkost	Vegetarisch	Dessert
Montag	Kartoffeleintopf (117kcal/6g Fett/22g KH/6g Eiweiß/4g Ballast) Geflügel Wiener Würstchen (123kcal/2g Fett/18g KH/9g Eiweiß/7g Ballast) 	Quarkkeulchen (410kcal/13g Fett/58g KH/14g Eiweiß) Vanillesoße (104kcal/4g Fett/13g KH/4g Eiweiß/0g Ballast) 	Obst
Dienstag	Putengulasch (266kcal/16g Fett/0g KH/30 Eiweiß) Rigatoni (150kcal/1g Fett/30g KH/6g Eiweiß/3g Ballast) Salat 	Rigatoni (300kcal/1g Fett/61g KH/11g Eiweiß/5g Ballast) Tomatensoße (113kcal/6g Fett/10g KH/4g Eiweiß/2g Ballast) Salat 	Joghurt mit Obst (73kcal/0,2g Fett/17g KH/1g Eiweiß) 
Mittwoch	Gnocchi (396kcal/3g Fett/126g KH/11g Eiweiß) Spinat-Rahm-Soße (54kcal/2g Fett/4g KH/4g Eiweiß/3g Ballast) Salat 	Asiatisch Nudel-Gemüse-Pfanne (276kcal/8g Fett/39g KH/12g Eiweiß) Salat 	Fruchtpüree (37kcal/0g Fett/9g KH/0g Eiweiß/1g Ballast)
Donnerstag	Fischstäbchen Kartoffelpüree (122kcal/4g Fett/18g KH/3g Eiweiß/4g Ballast) Remoulade (267kcal/30g Fett/0g KH/1g Eiweiß) Gemügesticks 	Gemüsebällchen (174kcal/24g Fett/5g KH/2g Eiweiß) Kartoffelpüree (122kcal/4g Fett/18g KH/3g Eiweiß/4g Ballast) Remoulade (267kcal/30g Fett/0g KH/1g Eiweiß) Gemügesticks 	Schokodonuts (230kcal/15g Fett/21g KH/3g Eiweiß) 

Wir wünschen euch einen guten Appetit!