













# Lebenshilfe

Südliche Weinstraße

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

## Mittagessen KW 48 vom 29.11. – 02.12.2021

	Vollkost	Vegetarisch	Dessert
<b>Montag</b>	<b>Gulaschsuppe</b> (117kcal/5g Fett/7g KH/12g Eiweiß/4g Ballast) <b>Brötchen</b> (135kcal/1g Fett/28g KH/4g Eiweiß) 	<b>Kaiserschmarrn</b> (496kcal/19g Fett/68g KH/12g Eiweiß) <b>Vanillesoße</b> (104kcal/4g Fett/13g KH/4g Eiweiß/0g Ballast) 	<b>Obst</b>
<b>Dienstag</b>	<b>Hähnchennuggets</b> (232kcal/12g Fett/19g KH/12g Eiweiß) <b>Süß-Sauersoße</b> <b>Kartoffel-Gemüse-Spalten</b> 	<b>Gemüsenuggets</b> (138kcal/2g Fett/26g KH/6g Eiweiß) <b>Süß-Sauersoße</b> <b>Kartoffel-Gemüse-Spalten</b> 	<b>Vanillepudding</b> (1123kcal/3g Fett/15g KH/2g Eiweiß) 
<b>Mittwoch</b>	<b>Gemüselasagne</b> (360kcal/12g Fett/48g KH/12g Eiweiß) <b>Kräutersoße</b> (78kcal/6g Fett/4g KH/2g Eiweiß/0g Ballast) <b>Salat</b> 	<b>Blätterteigtaschen mit Champignons</b> (236kcal/12g Fett/27g KH/5g Eiweiß) <b>Kräutersoße</b> (78kcal/6g Fett/4g KH/2g Eiweiß/0g Ballast) <b>Salat</b> 	<b>Obstsalat</b> (97kcal/0g Fett/22g KH/1g Eiweiß/2g Ballast)
<b>Donnerstag</b>	<b>Fischfilet in Dillrahmsoße</b> (142kcal/2g Fett/0g KH/31g Eiweiß/0g Ballast) <b>Dillrahmsoße</b> (78kcal/6g Fett/4g KH/2g Eiweiß/0g Ballast) <b>Reis</b> (109kcal/0g Fett/24g KH/2g Eiweiß/0g Ballast) 	<b>Gemüsetörtchen</b> (155kcal/9g Fett/13g KH/5g Eiweiß) <b>Dillrahmsoße</b> (78kcal/6g Fett/4g KH/2g Eiweiß/0g Ballast) <b>Reis</b> (109kcal/0g Fett/24g KH/2g Eiweiß/0g Ballast) 	<b>Berliner</b> (190kcal/4g Fett/24g KH/4g Eiweiß) 

Wir wünschen euch einen guten Appetit!