



**BEWEGTE  
FERIEN**

**MENÜPLAN 2020**



# • SpeisePlan •

VS - KW 28 /2020



montag 06.07.2020

dienstag 07.07.2020

mittwoch 08.07.2020

donnerstag 09.07.2020

freitag 10.07.2020

Kalbsragout mit Wurzelsauce **AL**  
dazu Spiralen **A**  
Orangenjoghurt mit Schokoperls **GAL**

Ei = 24.4 / Ft = 11.1 / Kh = 53.7 /  
kCal = 418.4 / kj = 1750.7 / BE = 4.5

Eiernockerl **AC**  
dazu roter Rübensalat  
Vollkorn-Obstkuchen **GACF**

Ei = 18.1 / Ft = 17.3 / Kh = 59.6 /  
kCal = 470.6 / kj = 1969 / BE = 5.7

Bohnengulasch mit Putenfrankfurter  
dazu Meterbrot **AF**  
Schoko-Pudding **GF**

Ei = 17.9 / Ft = 9.3 / Kh = 58.8 /  
kCal = 396.6 / kj = 1659.3 / BE = 4.9

Tomatencremesuppe **GA**  
Gebackene MSC-Fischstäbchen **AD**  
mit Petersilerdäpfel  
dazu Kräuterrahm **GA**

Ei = 21.7 / Ft = 28.2 / Kh = 48 /  
kCal = 536.5 / kj = 2244.9 / BE = 4

Erdäpfeltaschen mit Tomaten &  
Mozzarellafülle **G**  
mit Salzerdäpfel  
dazu grüner Salat  
Krapfen **GAC**

Ei = 11.9 / Ft = 9.5 / Kh = 70.9 /  
kCal = 614.4 / kj = 2570.6 / BE = 5.9



# • SpeisePlan •

VS - KW 29 /2020



montag 13.07.2020

dienstag 14.07.2020

mittwoch 15.07.2020

donnerstag 16.07.2020

freitag 17.07.2020

Matrosenfleisch vom Rind **GAL**  
mit Spätzle "Max & Moritz" **AC**  
Obst

Ei = 20.4 / Ft = 13.8 / Kh = 58.7 /  
kCal = 450.9 / kj = 1886.4 / BE = 5.4

Karamalisierte Krautfleckerl **A**  
dazu Salat der Saison  
Banane

Ei = 9.8 / Ft = 9.6 / Kh = 75.2 /  
kCal = 433.3 / kj = 1813 / BE = 6.3

Gnocchi **A**  
mit Broccoli-Schinkensauce **GAF**  
dazu grüner Salat  
Nougatpudding **GH**

Ei = 18.5 / Ft = 18.6 / Kh = 88.2 /  
kCal = 602.9 / kj = 2522.5 / BE = 7.3

Spinat-Ravioli **GAC**  
dazu Tomatensauce **A**  
Krapfen **GAC**

Ei = 13.6 / Ft = 9.9 / Kh = 71.5 /  
kCal = 435.4 / kj = 1821.8 / BE = 6

Jägerragout vom Rind **GAM**  
mit Spätzle **AC**  
Obst

Ei = 22.3 / Ft = 13.9 / Kh = 56.3 /  
kCal = 444.5 / kj = 1859.6 / BE = 5.5



# Speiseplan

VS - KW 30 /2020



montag 20.07.2020

dienstag 21.07.2020

mittwoch 22.07.2020

donnerstag 23.07.2020

freitag 24.07.2020

Waldviertler Grießsuppe **GAL**  
Topfenknödel **GAC**  
mit Beersauce  
und Milch **G**

Ei = 25.2 / Ft = 19.8 / Kh = 78.3 /  
kCal = 597.4 / kj = 2499.5 / BE = 6.5

Paprikacremesuppe **GAL**  
MSC-Seelachs in Erdäpfelpanade **ADC**  
mit Reis  
und Karottengemüse **M**

Ei = 22.3 / Ft = 14.7 / Kh = 88.1 /  
kCal = 577.2 / kj = 2415 / BE = 7.3

Penne **AC**  
mit Sauce Milanese von der Pute **AF**  
und Parmesan **G**  
dazu grüner Salat  
Topfcreme mit Ananas **G**

Ei = 22.5 / Ft = 9.2 / Kh = 91.8 /  
kCal = 545.8 / kj = 2283.7 / BE = 7.6

Fasch. Laibchen vom Rind **A**  
mit Erdäpfelpüree **G**  
und Brokkoli  
Obst

Ei = 22.7 / Ft = 22.2 / Kh = 38.8 /  
kCal = 453.7 / kj = 1898.2 / BE = 3.2

Eierhörnchen **GAC**  
dazu roter Rübensalat  
Obst

Ei = 14.3 / Ft = 10.4 / Kh = 46.8 /  
kCal = 341.6 / kj = 1429.4 / BE = 3.9



# Speiseplan

VS - KW 31 /2020



montag 27.07.2020

dienstag 28.07.2020

mittwoch 29.07.2020

donnerstag 30.07.2020

freitag 31.07.2020

Erdäpfelgulasch mit Wursteinlage **A**  
dazu Vollkornbrot **AFN**  
Obst

Ei = 10.7 / Ft = 6.6 / Kh = 54.4 /  
kCal = 325.7 / kj = 1362.9 / BE = 4.3

Gebratener Reis mit Ei und  
Gemüse **ACFN**  
mit Pusztasalat  
Zwetschkencuchen **GAC**

Ei = 9.5 / Ft = 17.4 / Kh = 58.8 /  
kCal = 434.3 / kj = 1817 / BE = 4.9

Putenbratwurst **M**  
mit Rahmkohlrabi mit Erbsen **GAL**  
dazu Rösterdäpfel **A**  
Heidelbeerjoghurt **G**

Ei = 23.5 / Ft = 28.7 / Kh = 38.8 /  
kCal = 514.1 / kj = 2151 / BE = 3.2

Eiernockerl **AC**  
dazu roter Rübensalat  
Wassermelone

Ei = 17.5 / Ft = 10 / Kh = 59.4 /  
kCal = 403.4 / kj = 1687.8 / BE = 5.7

Brokkolicremesuppe **GAL**  
MSC-Knusperfisch gebacken **AD**  
mit Erdäpfel-Rucolasalat

Ei = 18.4 / Ft = 17.8 / Kh = 48.6 /  
kCal = 433.7 / kj = 1814.7 / BE = 3.7