

Speisekarte April

		info nutricional						símbolos			
		30. Apr	VE	Prot (gr)	Lip (gr)	HC (gr)	veg	sem lactose	sem glúten	Receita Go Natural	
Montag	Sopa	Winterliche Gemüsesuppe	37,35	1	2,06	3,86	✓	✓	✓	✓	
	Prato Principal	Putensteak mit Senf	195,08	21,04	10,55	4,41					
	Guarnição	Gebratene Kartoffeln	172,47	3,63	4,83	27,79	✓	✓	✓		
	Legumes	Karottenpüree	36,09	0,63	2,76	2,23	✓		✓		
	Dieta	Hähnchensteak gegrillt	146,35	32,72	1,63	0		✓	✓		
	Guarnição Dieta	Nudeln glutenfrei	189,75	3,03	0,44	43,45	✓	✓	✓		
	Sobremesa	Apfel/Birne	97,83	0,34	0,86	23,05	✓	✓	✓		
		01. Mai	VE	Prot (gr)	Lip (gr)	HC (gr)	veg	sem lactose	sem glúten	Receita Go Natural	
Dienstag	Sopa										
	Prato Principal										
	Guarnição										
	Legumes	FEIERTAG									
	Dieta										
	Guarnição Dieta										
	Sobremesa										
		02. Mai	VE	Prot (gr)	Lip (gr)	HC (gr)	veg	sem lactose	sem glúten	Receita Go Natural	
Mittwoch	Sopa	Grüne-Bohnen-Suppe	50,37	2,29	2,7	4,06	✓	✓	✓	✓	
	Prato Principal	Fuzilli Bolognese mit Hähnchen	281,57	11,77	4,31	49,27		✓	✓	✓	
	Guarnição	im Hauptgericht	0	0	0	0		✓	✓		
	Legumes	Krokkoli	24,6	1,86	0,06	3,24	✓	✓	✓		
	Dieta	Putensteak	65,69	14,59	0,81	0		✓	✓		
	Guarnição Dieta	Gekochte Kartoffeln	115,88	3,25	0	24,96	✓	✓	✓		
	Sobremesa	Apfel/Birne	97,83	0,34	0,86	23,05	✓	✓	✓		
		03. Mai	VE	Prot (gr)	Lip (gr)	HC (gr)	veg	sem lactose	sem glúten	Receita Go Natural	
Donnerstag	Sopa	Kichererbsensuppe	141,71	7,17	6,02	14,54	✓	✓	✓	✓	
	Prato Principal	Gemüsesalat mit Thunfisch	394,54	23,85	21,42	24,11			✓		
	Guarnição	im Hauptgericht	0	0	0	0		✓	✓		
	Legumes	Blattsalat und Mais	14,25	0,53	0,37	1,87	✓	✓	✓		
	Dieta	Barsch gekocht	72,8	15,51	0,74	0		✓	✓		
	Guarnição Dieta	Reis	139,94	2,75	0,22	30,76	✓	✓	✓		
	Sobremesa	Yoghurt	60	5,25	1,88	5,5	✓		✓		
		04. Mai	VE	Prot (gr)	Lip (gr)	HC (gr)	veg	sem lactose	sem glúten	Receita Go Natural	
Freitag	Sopa	Kürbissuppe	81,11	1,18	1,68	9,29	✓	✓	✓	✓	
	Prato Principal	Hamburguer aus Kalbsfleisch	203,18	26,78	10,41	0,48		✓			
	Guarnição	Reis mit Erbsen	180,13	4,15	1,69	35,97	✓	✓	✓		
	Legumes	Griechisches Gemüse	26,99	0,71	2,06	1,42	✓	✓	✓		
	Dieta	Hähnchenschenkel im Ofen	351,14	75,25	5,49	0		✓	✓		
	Guarnição Dieta	Reisnudeln	146,94	2,9	0,41	33,21	✓	✓	✓		
	Sobremesa	Apfel/Birne	97,83	0,34	0,86	23,05	✓	✓	✓		