



UT POTT UN PANN

Christiane's Leckerbissen



Speiseplan vom 11.09.2017 bis 17.09.2017, 37. Kalenderwoche

		Montag	Nährwerte	Dienstag	Nährwerte	Mittwoch	Nährwerte	Donnerstag	Nährwerte	Freitag	Nährwerte
2. Menü a 4,35 €	kcal				564,5 kcal		726,4 kcal		569,8 kcal		
	BE	Knacker ^{9, i, j}	2,8 BE	Hausgemachte Sülze(S) mit Remouladensoße ^{2,}	3,7 BE	Weißer Bohneneintopf mit Fleisch(einlage(S) ^{3, i}	3,3 BE	Spaghetti Bolognese(S) ^{a, c, a1}	5,9 BE		
	EW	Grünkohl mit Speck ^{2, 3,}	68,6 g	3, g, j	28,2 g	Schokopudding mit Vanillesoße ⁹	28,1 g		28,2 g		
	Fett	Salzkartoffeln	245,1 g	Bratkartoffeln	29,9 g		32,2 g		17,4 g		
KH		35 g		43,3 g		48,9 g	73,1 g				
3. Menü a 5,00 €	kcal		452,3 kcal		469,1 kcal		455,5 kcal		318,3 kcal		526,8 kcal
	BE	Kartoffel-Gemüse- Auflauf ^{c, g, i, 15} Salatbeilage ¹⁵	1,9 BE	Hähnchenbrust Hawaii ⁹	3,8 BE	Gemüse Pizza Paprika/Tomate/Mais/Z wiebel ^{a, g, a1, 15}	5,6 BE	Backkartoffeln Kräuterquark ⁹ Salatbeilage ¹⁵	4,3 BE	Hackbällchen(S) "Mexiko" Pap.Mais.mit Reis ^{a, c, g, i, j, a1}	4,5 BE
	EW		23,3 g	Kaisergemüse mit Butter ⁹	24,9 g		15,8 g		22,1 g		20,4 g
	Fett		27,9 g	Reis ⁱ	18,2 g		11,3 g		0,5 g		24,6 g
KH	24,3 g			49,3 g	70 g		53,3 g		55,3 g		
4. Menü a 5,00 €	kcal		1119,3 kcal		982 kcal		1123,9 kcal		1067,3 kcal		452,5 kcal
	BE	Zwiebelfleisch (S) ^{a, j, a1} Soße ^{a, j, a1} Salzkartoffeln Fruchtjoghurt ^{1, g}	6,9 BE	Kammkotelett (S) ^{a, c, a1} Soße ^{a, j, a1}	8,2 BE	Geschnetzeltes(S) mit Champignon ^{1, 3, a, g, i, a1} und Reis	10,2 BE	Eisbein (S) ¹⁵ Sauerkraut ^{2, 3, 8, 34, 15, 35,} 40, 59 Salzkartoffeln	3,2 BE	Brot-Krustenbraten(S) ^{2,} 3, 8, a, g, k, a1, a3 Soße ^{a, j, a1} Rotkohl ⁹ Salzkartoffeln	4,3 BE
	EW		65,4 g	Rosenkohl mit Butter ⁹	50,7 g		53,2 g		107,6 g		29,1 g
	Fett		57,8 g	Salzkartoffeln	40,3 g		47,8 g		47,6 g		12,5 g
KH	83,9 g			99,2 g	119 g		45,5 g		52,6 g		

Bitte bedienen Sie sich an unserem Salatbuffett ab 1,00 Euro. Achten Sie auch auf unsere Sonderangebote.

BE: Broteinheiten EW: Eiweiss KH: Kohlenhydrate

Geöffnet: Montag - Freitag

08:00 Uhr - 14:00 Uhr

Die Erklärung der gekennzeichneten Inhaltsstoffe können Sie dem Aushang im Speiseraum der Kantine entnehmen.

Die Angaben der Nährwerte beziehen sich auf jeweils eine Portion des Menüs.

Eine durchschnittliche Portion entspricht ca. 400 g.

Ut Pott un Pann
Bluthsluster Straße 24, Anklam
Tel.: 03971/293888
Fax.: 03971/258674
www.utpottunpann.de

Guten Appetit wünscht Ihnen Ihr Kantinen-Team! (Änderungen vorbehalten!)