

Ludwigsgymnasium Straubing KW 10

Speiseplan vom 08.03.2010 bis 11.03.2010

	Das „Herzhafte“	Das „Andere“	Das „Schlanke“
Montag	<p>Leberspätzlesuppe Entenbrust gebraten Kartoffelknödeln Rotkohl Torte</p> <p>598 kcal 2.7 BE 40 / 30 / 33</p>	<p>Leberspätzlesuppe Broccoli-Gratin Hollandaise Kartoffeln Salat Torte</p> <p>678 kcal 5.8 BE 1,2 28 / 21 / 70</p>	<p>Kraftbrühe mit Gemüsejulien Gekochtes Rindfleisch Boullionkartoffeln Diätkuchen</p> <p>470 kcal 3.2 BE 4 7 / 1 / 38</p>
Dienstag	<p>Kraftbrühe mit Flädle 2 Stk Kalbfleischklößchen Zigeunersoße Spaghetti Bohnensalat</p> <p>451 kcal 4.5 BE 4,9 19 / 14 / 54</p>	<p>Kraftbrühe mit Flädle Krautnudeln (Schupfnudeln mit Sauerkraut)</p> <p>540 kcal 7.8 BE 4 14 / 11 / 93</p>	<p>Kraftbrühe mit Flädle Rinderragout Gärtnerin Nudeln Salat</p> <p>542 kcal 3.6 BE 4 34 / 20 / 43</p>
Mittwoch	<p>Riebelesuppe Zucchini gefüllt mit Hackfleisch Tomatenragout Reis</p> <p>568 kcal 5.1 BE 4 11 / 1 / 61</p>	<p>Riebelesuppe 4 Stk Marillenknödel Vanillesoße</p> <p>648 kcal 7.7 BE 1,4 28 / 18 / 92</p>	<p>Riebelesuppe Geflügelbratwurst Geflügeljus Kartoffelpüree Vitalgemüse</p> <p>730 kcal 3.4 BE 4 5 / 6 / 41</p>
Donnerstag	<p>Kraftbrühe mit Eierflocken Kohlroulade Specksoße Kartoffelpüree Salat</p> <p>405 kcal 2.8 BE 13 / 10 / 39</p>	<p>Kraftbrühe mit Eierflocken Gemüse-Burger Röstkartoffeln Lauchrahmsoße</p> <p>653 kcal 4.4 BE 25 / 35 / 58</p>	<p>Kraftbrühe mit Eierflocken Hähnchenschnitzel natur Geflügeljus Kartoffelpüree Gelbe Bohnen</p> <p>405 kcal 3.4 BE 36 / 8 / 46</p>

Ludwigsgymnasium Straubing KW 11
Speiseplan vom 15.03.2010 bis 18.03.2010

	Das „Herzhafte“	Das „Andere“	Das „Schlanke“
Montag	Spargelcremsuppe Schweineschnitzel Esterhazy (mit Gemüsestreifen) Kartoffeln Salat 599 kcal 3.9 BE 4 45 / 24 / 48	Spargelcremsuppe Backkäse 2 Stk Kartoffelgratin Salat 800 kcal 5.3 BE 1,4 35 / 44 / 64	Kraftbrühe mit Gemüsejulien Putenrollbraten Kartoffeln Gelbe Bohnen 350 kcal 3.8 BE 4 8 / 7 / 46
Dienstag	Kraftbrühe mit Grießnockerln Kassler Rippchen mit Sauerkraut und Püree Bratenjus 519 kcal 4.0 BE 2,4 33 / 20 / 48	Kraftbrühe mit Grießnockerln Quarkkeulchen 2 Stk Vanillesoße Birnenkompott 700 kcal 6.7 BE 1,4 30 / 22 / 93	Kraftbrühe mit Grießnockerln Hähnchenschnitzel natur Geflügeljus Kartoffelpüree Vitalgemüse 393 kcal 2.8 BE 4 32 / 7 / 33
Mittwoch	Kraftbrühe mit Eierstich Spaghetti Bolognese Sauce Parmesan Salat Obst 655 kcal 3.6 BE 2,4 43 / 22 / 43	Kraftbrühe mit Eierstich Kohlroulade vegetarisch Gemüsesauce Kartoffelpüree Salat Obst 455 kcal 3.1 BE 4 16 / 18 / 37	Kraftbrühe mit Eierstich Naturschnitzel Bratenjus Nudeln Zucchini natur Obst 785 kcal 3.5 BE 4 58 / 34 / 43
Donnerstag	Nudelsuppe Rheinischer Sauerbraten Nudeln Salat 824 kcal 5.5 BE 4 45 / 42 / 67	Nudelsuppe 4 Stk Zwetschgenknödeln Fruchtsoße 400 kcal 4.8 BE 4 14 / 14 / 57	Nudelsuppe Schweinegulasch Kartoffeln Salat 464 kcal 4.2 BE 4 7 / 1 / 50

Ludwigsgymnasium Straubing KW 12
Speiseplan vom 22.03.2010 bis 25.03.2010

	Das „Herzhafte“	Das „Andere“	Das „Schlanke“
Montag	Kraftbrühe mit Backerbsen Schweinegulasch Szegentiner Kartoffeln 543 kcal 4.6 BE 4 8 / 1 / 55	Kraftbrühe mit Backerbsen Soja-Gauda-Tasche (Veg. Cordon-Bleu) Tomatensoße, Kartoffelpüree Salat 273 kcal 2.6 BE 4 11 / 10 / 31	Kraftbrühe mit Backerbsen Schnitzel natur Bratenjus Spätzle Vitalgemüse 722 kcal 3.3 BE 4 55 / 30 / 40
Dienstag	Suppe mit Eierflocken Feuerspieß Budapest (Hackfleischspieß) Pusztasoße Nudeln Salat 644 kcal 4.1 BE 9 17 / 8 / 50	Suppe mit Eierflocken Grießschnitten Fruchtsoße Birnenkompott 352 kcal 3.8 BE 16 / 11 / 46	Kraftbrühe mit Gemüsejulien Schweinegulasch Kartoffeln Salat 423 kcal 3.5 BE 4 6 / 1 / 42
Mittwoch	Nudelsuppe Frankfurter Bratwurst Bratenjus Kartoffelpüree Wirsinggemüse 726 kcal 3.7 BE 4 28 / 47 / 44	Nudelsuppe Gemüseschnitzel Kräutersoße Champignonreis Karottensalat 402 kcal 5.6 BE 4,9 16 / 7 / 67	Nudelsuppe Hähnchenschnitzel natur Rosmarinsoße Kartoffelpüree Karotten natur 451 kcal 3.9 BE 4 34 / 6 / 47
Donnerstag	Legierte Grießsuppe Mageres Schweinebrüsterl gebraten Semmelknödeln Sauerkraut 853 kcal 4.0 BE 4,9 10 / 7 / 48	Legierte Grießsuppe Rahmspinat Röstkartoffeln Rühreier Salat 532 kcal 4.2 BE 4 9 / 8 / 51	Kraftbrühe mit Grießnockerln Tortellini gefüllt Tomatensoße Salat 455 kcal 2.8 BE 4 30 / 20 / 34

Osterferien vom 29.03.2010 bis 10.04.2010

Ludwigsgymnasium Straubing KW 15
Speiseplan vom 12.04.2010 bis 15.04.2010

	Das „Herzhafte“	Das „Andere“	Das „Schlanke“
Montag	Nudelsuppe Putensteak gebraten Currysauce Basmatireis Feines Gemüse 527 kcal 4.8 BE 4 41 / 12 / 63	Nudelsuppe Tagliatelli Tomatenragout Parmesan Salat 506 kcal 6.8 BE 2,4 23 / 6 / 81	Nudelsuppe Geflügelfrikadelle Geflügeljus Kartoffelpüree Gelbe Bohnen 290 kcal 4.1 BE 4 8 / 6 / 49
Dienstag	Reissuppe Spaghetti Bolognese Sauce Parmesan Salat 534 kcal 3.5 BE 2,4 39 / 19 / 42	Reissuppe 5 Stk Kartoffelpuffer Apfelmus 491 kcal 5.6 BE 4 6 / 22 / 68	Reissuppe Putengeschnetzeltes Züricher Art Vollkornnudeln Salat 484 kcal 3.5 BE 4 34 / 14 / 42
Mittwoch	Tomatencremsuppe Wirsing-Roulade Specksoße Kartoffelpüree Salat 421 kcal 3.2 BE 4 14 / 10 / 38	Tomatencremsuppe 3 Stk Pfannkuchen mit Joghurt-Himbeerfüllung Pflaumenkompott 625 kcal 8.4 BE 4 18 / 12 / 100	Klare Gemüsesuppe Schweineschlegel gedünstet Kartoffeln Karottengemüse Bratenjus 827 kcal 4.6 BE 4 11 / 10 / 55
Donnerstag	Tiroler Hüttensuppe Putenrollbraten Sahnesoße Reis Bohnensalat 559 kcal 5.4 BE 4,9 12 / 13 / 64	Tiroler Hüttensuppe Gemüse-Maisbratlinge Lauchrahmssoße Kartoffelkroketten Bohnensalat 567 kcal 1.7 BE 4,9 10 / 26 / 21	Kraftbrühe mit Flädle Gemüsetopf Pichelsteiner Art 1 Stk Kaisersemmel 429 kcal 3.5 BE 4 27 / 12 / 49

Ludwigsgymnasium Straubing KW 16
Speiseplan vom 19.04.2010 bis 22.04.2010

	Das „Herzhafte“	Das „Andere“	Das „Schlanke“
Montag	Brokkolicremsuppe Surbraten Bratenjus Kartoffelpüree Sauerkraut 708 kcal 3.2 BE 4,9 11 / 15 / 39	Brokkolicremsuppe Vegetarische Frühlingsrolle Tomatensoße Wildreis Salat 811 kcal 6.4 BE 4 12 / 17 / 76	Klare Gemüsesuppe Geschnetzeltes vom Schwein Stroganoff Spätzle Salat 551 kcal 3.9 BE 4,9 9 / 1 / 46
Dienstag	Französische Zwiebelsuppe Erbsentopf mit Kartoffeln Bockwurst 636 kcal 4.0 BE 4 11 / 4 / 48	Französische Zwiebelsuppe Grünkern-Schnitte Kartoffelpüree Lauchgemüse 862 kcal 6.9 BE 1,2,4 27 / 46 / 83	Kräuterklößchensuppe Gekochtes Rindfleisch Boullionkartoffeln 536 kcal 3.7 BE 4 9 / 4 / 45
Mittwoch	Selleriecremsuppe Pilz-Schmorbraten Semmelknödeln Karottensalat 818 kcal 5.1 BE 4,9 16 / 16 / 61	Selleriecremsuppe Grießschnitten Fruchtsoße Birnenkompott 430 kcal 4.8 BE 4 16 / 14 / 58	Kraftbrühe mit Gemüsejulien Tagliatelli Tomatenragout Parmesan Salat 465 kcal 6.1 BE 2,4 21 / 6 / 73
Donnerstag	Kraftbrühe mit Eierstich Hirschgulasch Förssterin Spätzle Salat 548 kcal 4.1 BE 4 42 / 14 / 49	Kraftbrühe mit Eierstich Gemüsesteak Pilzsoße Röstkartoffeln Salat 615 kcal 4.2 BE 4 25 / 28 / 51	Kraftbrühe mit Backerbsen Hähnchenspieß Geflügeljus Kartoffelpüree Karotten natur 435 kcal 4.5 BE 3,4 31 / 10 / 54

Ludwigsgymnasium Straubing KW 17
 Speiseplan vom 26.04.2010 bis 29.04.2010

	Das „Herzhafte“	Das „Andere“	Das „Schlanke“
Montag	Graupensuppe Zigeuner-Hacksteak Kartoffelpüree Karottensalat 474 kcal 3.3 BE 4,9 26 / 24 / 39	Graupensuppe Spaghetti mit Gemüsejulien Knoblauch-Sahnesoße Salat 501 kcal 6.8 BE 4 16 / 11 / 82	Kraftbrühe mit Gemüsejulien Schweinegulasch Nudeln Salat 461 kcal 4.0 BE 4 8 / 1 / 48
Dienstag	Sternchensuppe Gyros in Rahmsoße Tomatenreis Krautsalat 1260 kcal 7.5 BE 3,4 10 / 59 / 90	Sternchensuppe Broccoli-Nußecke Kartoffeln Lauchrahmsoße Salat 301 kcal 4.2 BE 4 10 / 6 / 50	Sternchensuppe Hähnchenschnitzel natur Rosmarinsoße Kartoffeln Vitalgemüse 473 kcal 3.6 BE 4 34 / 2 / 43
Mittwoch	Leberknödelsuppe Wiener Backhähnchen Kartoffelsalat Salat 960 kcal 5.3 BE 2,4,9 59 / 51 / 63	Leberknödelsuppe Gemüseknoketten Tomatenragout Röstkartoffeln Salat 472 kcal 6.6 BE 1,2,4 17 / 5 / 80	Kraftbrühe mit Grießnockerln Beeren-Quarkauflauf Vanillesoße Diät Kompott 438 kcal 5.9 BE 1,4 8 / 5 / 71
Donnerstag	Riebelesuppe Bratwurstschnecke Röstkartoffeln Bratenjus Blaukraut 787 kcal 4.3 BE 4 7 / 1 / 52	Riebelesuppe Maccaroni Gemüsebolognese Parmesan Salat 130 kcal 1.4 BE 2,4 8 / 4 / 17	Riebelesuppe Schnitzel natur Bratenjus Kartoffelpüree Kleine Möhrchen 655 kcal 2.9 BE 4 52 / 34 / 34