

Ludwigsgymnasium Straubing KW 02
 Speiseplan vom 09.01.2012 bis 15.01.2012

	Das „Herzhafte“	Das „Andere“	Das „Schlanke“
Montag			Kotelette Esterhazy (Mit Gemüsestreifen) Kartoffelpüree Karottengemüse 765 kcal 5.0 BE 2,4 52 / 35 / 60
Dienstag			Hähnchenragout mit Spargel Reis Karottensalat 536 kcal 5.0 BE 4,9 36 / 15 / 59
Mittwoch	Schweineschnitzel Wiener Art Kartoffelsalat 700 kcal 3.4 BE 2,9 8 / 14 / 41	Gemüse-Maisbratlinge Lauchrahmsoße Kartoffelgratin Salat 553 kcal 4.4 BE 4 17 / 29 / 53	
Donnerstag	Kassler Rippchen mit Sauerkraut und Püree Bratensoße Salat 550 kcal 3.9 BE 2,4 35 / 20 / 53	3 Stk Gemüsespieße Wildreis Tomatensoße Salat 391 kcal 5.3 BE 8 / 1 / 69	

Ludwigsgymnasium Straubing KW 03
 Speiseplan vom 16.01.2012 bis 19.01.2012

	Das „Herzhafte“	Das „Andere“	Das „Schlanke“
Montag	Rindergeschnetzeltes Spätzle Salat 672 kcal 4.8 BE 4 40 / 31 / 58		Putenschnitzel natur Kartoffelpüree Geflügelsoße Karottensalat 526 kcal 4.1 BE 2,4,9 34 / 22 / 49
Dienstag			2 Stk Kalbfleischklößchen Tomatensoße Kartoffelpüree Salat 346 kcal 2.6 BE 2,4 13 / 17 / 31
Mittwoch	Schnitzel "Hawai" Süß-saure Sauce Reis Karottensalat 654 kcal 5.6 BE 4,9 51 / 19 / 68		
Donnerstag	Rahmgulasch Nudeln Salat 497 kcal 4.1 BE 4 9 / 4 / 49	Blumenkohl gebacken Käsesoße Kartoffeln Salat 938 kcal 9.2 BE 1,2,4 19 / 46 / 111	

Ludwigsgymnasium Straubing KW 04
 Speiseplan vom 23.01.2012 bis 29.01.2012

	Das „Herzhafte“	Das „Andere“	Das „Schlanke“
Montag	Schweinerückensteak (in Parmesan, Ei-Panade) Tomatensoße Spaghetti Salat 600 kcal 4.4 BE 2,4 18 / 11 / 53	Rohrnudeln mit Vanillesoße 746 kcal 8.3 BE 1,2,4 39 / 30 / 100	
Dienstag		Krautnudeln (Schupfnudeln mit Sauerkraut) 540 kcal 7.8 BE 4 14 / 11 / 93	Rinderragout Gärtnerin Nudeln Salat 542 kcal 3.6 BE 4 34 / 20 / 43
Mittwoch	Zucchini gefüllt mit Hackfleisch, Tomatenragout Reis 630 kcal 4.6 BE 13 / 7 / 62	Schweinehaxerl Kartoffelknödel Salat 672 kcal 3.6 BE 2,4,9 7 / 11 / 44	
Donnerstag	Kohlroulade Specksoße Kartoffelpüree Salat 405 kcal 2.8 BE 2,4 13 / 10 / 39		Hähnchenschnitzel natur Karottenkartoffelgemüse 405 kcal 3.4 BE 2,4 36 / 8 / 46