

Speiseplan für die Woche vom 20.05.24 bis 26.05.24

Name / Adresse:

Tag	Gericht I	Gericht II	Gericht III
Montag 20.05.2024 <i>Pfingstmontag</i>	Hähnchenkeule mit Apfelrotkohl, Klöße Schokomousse ^{36,A,C,H,I,N} (540 kcal) <input type="checkbox"/>	Schweinefilet mit Romanesco-Mix und Kartoffeln Schokomousse ^{36,A,H,I,N} (470 kcal) <input type="checkbox"/>	
Dienstag 21.05.2024	Milchreis mit Apfelmus ^{11,A,N} (450 kcal) <input type="checkbox"/>	Gemüseschnitzel mit pikanter Soße und Kartoffelpüree Apfelmus ^{11,AN} (410 kcal) <input type="checkbox"/>	Paniertes Seehechtfilet mit bunten Kartoffelsalat Apfelmus ^{A,C,N} (570 kcal) <input type="checkbox"/>
Mittwoch 22.05.2024	Grüner Bohneneintopf mit Fleischeinlage Quarkspeise ^{H,N} (620 kcal) <input type="checkbox"/>	Tomatensuppe mit Eierstich Quarkspeise ^{A,C,N} (420 kcal) <input type="checkbox"/>	Gebratene Rinderleber in Zwiebelsoße mit Rahm- champignons und Kartoffelbrei Quarkspeise ^{A,F,H,N} (480 kcal) <input type="checkbox"/>
Donnerstag 23.05.2024	Schinken-Nudel-Pfanne mit Soße Carbonara Rote Grütze ^{1,A,C,G,H,I,N} (560 kcal) <input type="checkbox"/>	Hähnchenbrust mit Broccoligemüse und Kartoffelpüree Rote Grütze ^{4,16,A,G,H,N} (470 kcal) <input type="checkbox"/>	Kartoffelpuffer mit Apfelmus ^{A,N} (510 kcal) <input type="checkbox"/>
Freitag 24.05.2024	Gebratenes Fischfilet mit Salzkartoffeln Gurkensalat ^{2,12,A,D,N} (510 kcal) <input type="checkbox"/>	Buntes Fischragout in Kräutersoße und Kartoffelbrei Gurkensalat ^{2,12,A,D,N} (410 kcal) <input type="checkbox"/>	Schweinesteak „Cordon bleu“ mit buntem Kartoffelsalat, Gurkensalat ^{2,12,A,H,N} (430 kcal) <input type="checkbox"/>
Samstag 25.05.2024	Möhreneintopf mit Fleischeinlage Cremespeise ^{A,C,H,I,N} (380 kcal) <input type="checkbox"/>		Frikadelle mit Erbsengemüse und Salzkartoffeln Cremespeise ^{A,C,H,N} (520 kcal) <input type="checkbox"/>
Sonntag 26.05.2024	Kasslerbraten mit Sauerkraut und Semmelknödel Joghurt ^{A,H,I,N} (550 kcal) <input type="checkbox"/>	Putengulasch mit Leipziger Allerlei, Kartoffelbrei Joghurt ^{1,4,16,A,H,I,N} (480 kcal) <input type="checkbox"/>	

» Änderungen sind der Küche vorbehalten.

» Konservierungsstoffe und Allergene: siehe Liste

(A) = Weizen

Den Speiseplan mit Ihrer Bestellung bitte bis spätestens Mittwoch, dendem
 Fahrer wieder mitgeben. Vielen Dank! **Das Küchenteam wünscht guten Appetit!**

[fit im Kopf] Gedächtnstraining - Thema „Familie“

KW 21

1. Schüttelwörter

Die Buchstaben der folgenden Wörter wurden einmal ordentlich durchgeschüttelt.

Setzen Sie die Buchstaben wieder zu den richtigen Wörtern zusammen.

Tip: Es handelt sich hier um verschiedene Wörter zum Thema „Familie“. Der erste und der letzte Buchstabe sind bereits an der richtigen Stelle.



GICHTEWESSR _____
GARVOSTESR _____
EITERLENTL _____

2. Anagramm

Anagrammaufgaben trainieren das Langzeitgedächtnis, den Wortschatz, die Konzentration, das assoziative Denken und den sprachlichen Ausdruck. Kurzum, sie sind bestens geeignet das Gehirn umfassend in Schwung zu bringen. Bilden Sie möglichst viele Wörter aus dem Wort:

GESCHWISTERPAAR

Dabei gilt eine einfache Regel: Sie dürfen nur die vorhandenen Buchstaben verwenden.

3. Assoziation

Finden Sie 10 Wörter, die Ihnen zum Thema „Familie“ einfallen.

4. Formulierung

Bilden Sie einen sinnvollen Satz. Verwenden Sie dabei die vorgegebenen Wörter.



Beispiel: Eltern

Meine Eltern sind sehr streng.

Großeltern

Familienzeit

Onkel/Tante