

Speiseplan für die Woche vom 04.06.2018 – 10.06.2018

	Menü 1	Menü 2	Leichte Vollkost
Montag	Soljanka ^{l,a,c,g,j} mit Gemüse und Wurst ^{2,3,(S/R),i,j}	Hähnchenfleisch mit Gemüse in Rahmsoße ^{G,l,a,c,j} und Kartoffeln	Bunter Gemüseteller [Schwarzwurzel, gelbe und orange Möhren, Romano Brebhohnen] mit Käsesoße ^{G,a,c,i,j} und Reis Obst
	Brot ^{A,A1,A2,A3,A4,f,k} Obst	Obst	
	Kcal 545 Ew 38g F 22g KH 47g	Kcal 503 Ew 38g F 12g KH 58g	Kcal 560 Ew 12g F 16g KH 94g
Dienstag	Bolognese ^{(S/R),G,l,a,c,j} mit Nudeln ^{A,A1}	Schweinebraten mit Bratensoße ^{G,a,c,i,j} , Möhrengemüse ^G und Salzkartoffeln	Kartoffel-Cremesuppe ^{G,l} mit leichter Bärlauchnote Brot ^{A,A1,A2,A3,A4,f,k} Rohkostsalat
	Rohkostsalat	Rohkostsalat	
	Kcal 601 Ew 27g F 27g KH 64g	Kcal 501 Ew 32g F 18g KH 51g	Kcal 596 Ew 19g F 15g KH 95g
Mittwoch	Paniertes Hähnchenschnitzel ^{A,A1} und bunter Kartoffelsalat ^l [mit. Mais, Möhren und Erbsen] Dessert ^{1,G}	Tiegelwurst ^{A,A1,c,i,j} mit Sauerkraut ^{l,a,c,g,i,j} und Kartoffelpüree ^{G,L}	Bunte Sommersuppe ^l [m. Zucchini, Paprika, Möhren, Poree, Sellerie, Reis und Kräutern] Brot ^{A,A1,A2,A3,A4,f,k} Dessert ^{1,G}
		Dessert ^{1,G}	
	Kcal 549 Ew 24g F 30g KH 42g	Kcal 779 Ew 20g F 46g KH 66g	Kcal 491 Ew 27g F 14g KH 62g
Donnerstag	Gemüseragout in Kräutersoße ^{G,l,a,c,j} mit Nudeln ^{A,A1} Obst	Schweinegeschnetzeltes in Bratensoße ^{G,a,c,i,j} mit Reis Obst	Vorsuppe ^{A,A1,C,G,l} , Milchnudeln ^{A,A1,A2,A3,f,k} dazu Erdbeermus ^{1,g} Obst
	Kcal 405 Ew 15g F 7g KH 70g	Kcal 509 Ew 31g F 19g KH 52g	Kcal 617 Ew 22g F 24g KH 77g
Freitag	Gedünstetes Seelachsfilet ^D mit Gemüsestreifen in Zitronensoße ^{G,l,a,c,j} und Salzkartoffeln Möhrensalat	Bayrischer Leberkäse ^{2,3,4,(S),j} mit Kümmelsoße ^{G,a,c,i,j} und Bratkartoffeln Möhrensalat	Fruchtige Tomaten- Basilikumsoße ^{G,a,c,i,j} mit Nudeln ^{A,A1} Möhrensalat
	Kcal 538 Ew 32g F 16g KH 62g	Kcal 707 Ew 23g F 55g KH 30g	Kcal 398 Ew 12g F 8g KH 70g
Samstag	Chili con Carne ^{21,G,l,a,c,j}	Kasselersteak mit Bratensoße ^{G,a,c,i,j} , Poreegemüse ^{G,a,c,i,j} und Kartoffeln	Kasselersteak mit Bratensoße ^{G,a,c,i,j} , Poreegemüse ^{G,a,c,i,j} und Kartoffeln
	Brot ^{A,A1,A2,A3,A4,f,k} Kompott	Kompott	Kompott
	Kcal 564 Ew 36g F 12g KH 73g	Kcal 525 Ew 31g F 21g KH 49g	Kcal 525 Ew 31g F 21g KH 49g
Sonntag	Schweineroulade ^{2,3,(S/R),l,a,c,f,g,i} mit Soße ^{G,a,c,i,j} , buntem Gemüse ^G und Kartoffelklößen ^{5,L} Dessert ^{1,G}	Rinderbraten mit Soße ^{G,a,c,i,j} , Bohngemüse ^G und Kartoffelpüree ^{G,L} Dessert ^{1,G}	Rinderbraten mit Soße ^{G,a,c,i,j} , Bohngemüse ^G und Kartoffelpüree ^{G,L} Dessert ^{1,G}
	Kcal 656 Ew 38g F 19g KH 83g	Kcal 536 Ew 35g F 14g KH 64g	Kcal 536 Ew 35g F 14g KH 64g

Änderungen vorbehalten. Das JOS-Küchenteam wünscht guten Appetit!

☼ = Menü nach Anregung durch unsere Kunden

Kennzeichnung Zusatzstoffe: 1 – Farbstoff, 2 – Konservierungsstoff, 3 – Antioxidationsmittel, 4 – Geschmacksverstärker, 5 – geschwefelt, 6 – geschwärzt, 7 – gewachst, 8 – Phosphat, 9,10 – Süßungsmittel, 11 – Zucker und Süßungsmittel, 12 – enthält eine Phenylalaninquelle, 13 – wirkt abführend, 14 – koffeinhaltig, 15 – chininhaltig, 16 – mit Milchzucker, 17 – mit Eiklar, 18 – mit Soja, 19 – Alkohol, 20 – gentechnisch verändertes Lebensmittel, 21 – hergestellt aus zerkleinertem Fleisch, 22 – Formfleisch
Kennzeichnung Allergene: A – glutenhaltiges Getreide, A1 – Weizen, A2 – Hafer, A3 – Roggen, A4 – Gerste, A5 – Dinkel, A6 – Kamut, B – Krebstiere, C – Eier, D – Fische, E – Erdnüsse, F – Sojabohnen, G – Milch[inkl. Lactose], H – Schalenfrüchte, H1 – Mandeln, H2 – Haselnüsse, H3 – Walnüsse, H4 – Kaschunüsse, H5 – Pekannüsse, H6 – Paranüsse, H7 – Pistazien, H8 – Makadamanüsse, H9 – Queenslandnüsse, I – Sellerie, J – Senf, K – Sesamsamen, L – Schwefeldioxid und Sulfide, M – Lupine, N – Weichtiere
Kennzeichnung Spuren: a – glutenhaltiges Getreide, b – Krebstiere, c – Eier, d – Fische, e – Erdnüsse, f – Sojabohnen, g – Milch[inkl. Lactose], h – Schalenfrüchte, i – Sellerie, j – Senf, k – Sesamsamen, l – Schwefeldioxid und Sulfide, m – Lupine, n – Weichtiere
(R) = mit Rindfleisch (S) = mit Schweinefleisch

Speiseplan für die Woche vom 11.06.2018 – 17.06.2018

	Menü 1	Menü 2	Leichte Vollkost
Montag	Bunte Nudelsuppe ^{A,A1,C,I} mit Hühnerfleisch- einlage Brot ^{A,A1,A2,A3,A4,f,k} Dessert ^{1,G}	Gekochtes Ei ^C mit Senfsoße ^{G,J,a,c,i} und Salzkartoffeln Dessert ^{1,G}	Putengeschnetzeltes [aus der Putenoberkeule] mit kleinen Gemüswürfeln in Rahmsoße ^{G,l,a,c,j} dazu Kartoffelpüree ^{5,L} Dessert ^{1,G}
	Kcal 523 Ew 31g F 18g KH 57g	Kcal 538 Ew 23g F 27g KH 50g	Kcal 569 Ew 45g F 13g KH 67g
Dienstag	Vorsuppe ^{A,A1,C,G,I} „ Kräuterquark ^G mit Salzkartoffeln Gurkensalat	Panierte Jagdwurstscheiben ^{2,3,8,(S),A,A1,C,G,J} mit Tomatensoße ^{G,a,c,i,j} und Nudeln ^{A,A1} Gurkensalat	Vorsuppe ^{A,A1,C,G,I} , Grießbrei ^{A,A1,G} mit Zucker und Zimt Apfelmus ³
	Kcal 586 Ew 26g F 14g KH 89g	Kcal 779 Ew 33g F 34g KH 86g	Kcal 583 Ew 14g F 18g KH 89g
Mittwoch	Rindergulasch ^{G,a,c,i,j} mit Buntem Gemüse ^G und Semmelklöße ^{A,A1,C,G,f,h} Obst	Fleischspieß ^(S) mit Soße ^{G,a,c,i,j} und Letscho ^{G,a,c,i,j} , dazu Kartoffelpüree ^{5,L} Obst	Vegetarische Gemüse- suppe ^{G,I} [mit Karotten- und Selleriewürfeln, Lauch, Petersilie und Kartoffeln] Brot ^{A,A1,A3} Obst
	Kcal 570 Ew 34g F 18g KH 64g	Kcal 613 Ew 35g F 29g KH 53g	Kcal 489 Ew 26g F 11g KH 70g
Donnerstag	Bunte Minestrone ^{A,A1,C,G,I} mit Schnippelwurst ^{2,3,8,(S),i,j} Brot ^{A,A1,A3} Obst	Schweinebraten mit Bratensoße ^{G,a,c,i,j} , Erbsengemüse ^G und Kartoffeln Obst	Hähnchenfleisch in heller Gemüse- soße ^{G,a,c,i,j} , dazu Reis Obst
	Kcal 521 Ew 21g F 13g KH 77g	Kcal 685 Ew 42g F 18g KH 86g	Kcal 507 Ew 32g F 13g KH 65g
Freitag	Fischragout mit Gemüstreifen in Dillsoße ^{D,G,l,a,c,j} , dazu Reis Möhrensalat	Pökeltzunge mit Meerrettichsoße ^{3,G,l,a,c,j} und Salzkartoffeln Möhrensalat	Spinatmedaillon ^{A,A1,A5,C,G,I} mit Sahnesoße ^{G,a,c,i,j} und Kartoffeln Möhrensalat
	Kcal 465 Ew 28g F 14g KH 56g	Kcal 460 Ew 24g F 18g KH 49g	Kcal 539 Ew 25g F 28g KH 46g
Samstag	Paniertes Putenschnitzel ^{A,A1} in Bratensoße ^{G,a,c,i,j} mit Möhrengemüse und Kartoffelpüree ^{G,L} Kompott	Kartoffelsuppe ^{G,I} mit Bockwurst ^{2,3,4,(S),i,j} Brot ^{A,A1,A2,A3,A4,f,k} Kompott	Kartoffelsuppe ^{G,I} mit Bockwurst ^{2,3,4,(S),i,j} Brot ^{A,A1,A2,A3,A4,f,k} Kompott
	Kcal 614 Ew 29g F 20g KH 75g	Kcal 536 Ew 18g F 16g KH 77g	Kcal 536 Ew 18g F 16g KH 77g
Sonntag	Spießbraten ^(S) mit Zwiebelsoße ^{G,a,c,i,j} und Bohne ^G dazu Kartoffeln Dessert ^{1,G}	Rinderroulade ^{2,3,(S/R),G,J,a,c,f,i} mit Bratensoße ^{G,J,a,c,i} , Rotkohl ^{G,a,c,i,j} und Klößen ^{5,L} Dessert ^{1,G}	Rinderroulade ^{2,3,(S/R),G,J,a,c,f,i} mit Bratensoße ^{G,J,a,c,i} , Rotkohl ^{G,a,c,i,j} und Klößen ^{5,L} Dessert ^{1,G}
	Kcal 661 Ew 40g F 26g KH 64g	Kcal 486 Ew 32g F 13g KH 58g	Kcal 486 Ew 32g F 13g KH 58g

Änderungen vorbehalten. Das JOS-Küchenteam wünscht guten Appetit!

☼ = Menü nach Anregung durch unsere Kunden

Kennzeichnung Zusatzstoffe: 1 – Farbstoff, 2 – Konservierungsstoff, 3 – Antioxidationsmittel, 4 – Geschmacksverstärker, 5 – geschwefelt, 6 – geschwärzt, 7 – gewachst, 8 – Phosphat, 9,10 – Süßungsmittel, 11 – Zucker und Süßungsmittel, 12 – enthält eine Phenylalaninquelle, 13 – wirkt abführend, 14 – koffeinhaltig, 15 – chininhaltig, 16 – mit Milchzucker, 17 – mit Eiklar, 18 – mit Soja, 19 – Alkohol, 20 – gentechnisch verändertes Lebensmittel, 21 – hergestellt aus zerkleinertem Fleisch, 22 – Formfleisch
Kennzeichnung Allergene: A – glutenhaltiges Getreide, A1 – Weizen, A2 – Hafer, A3 – Roggen, A4 – Gerste, A5 – Dinkel, A6 – Kamut, B – Krebstiere, C – Eier, D – Fische, E – Erdnüsse, F – Sojabohnen, G – Milch [inkl. Lactose], H – Schalenfrüchte, H1 – Mandeln, H2 – Haselnüsse, H3 – Walnüsse, H4 – Kaschunüsse, H5 – Paranüsse, H6 – Pekannüsse, H7 – Pistazien, H8 – Makadernianüsse, H9 – Queenslandnüsse, I – Sellerie, J – Senf, K – Sesamsamen, L – Schwefeldioxid und Sulfide, M – Lupine, N – Weichtiere
Kennzeichnung Spuren: a – glutenhaltiges Getreide, b – Krebstiere, c – Eier, d – Fische, e – Erdnüsse, f – Sojabohnen, g – Milch [inkl. Lactose], h – Schalenfrüchte, i – Sellerie, j – Senf, k –

Speiseplan für die Woche vom 18.06.2018 – 24.06.2018

	Menü 1	Menü 2	Leichte Vollkost
Montag	Gebratene Hähnchenbrust mit Bratensoße ^{G,a,c,i,j} , Erbsengemüse ^G und Kartoffelpüree ^{G,L} Obst Kcal 464 Ew 34g F 7g KH 65g	Frikadelle ^{21,(S/R),A,A1,C,i,j} mit Letscho ^{G,a,c,i,j} und Reis Obst Kcal 685 Ew 19g F 32g KH 79g	Kartoffel-Gemüse-Gratin ^{C,G,I} mit Sahnesoße ^{G,a,c,i,j} Obst Kcal 593 Ew 26g F 28g KH 59g
Dienstag	Kochklops ^{16,21,(S/R),A,A1,C,G,J,f,i} in Petersiliensoße ^{G,a,c,i,j} mit Reis Dessert ^{1,G} Kcal 580 Ew 39g F 20g KH 58g	Thüringer Aschebrät'l mit Schmorzwiebelsoße ^{J,a,c,g,i} und Kartoffelpüree ^{G,L} Dessert ^{1,G} Kcal 523 Ew 33g F 27g KH 36g	8- Kräutercremesuppe ^{G,I} mit Kartoffelwürfeln Brot ^{A,A1,A2,A3,A4,f,k} Dessert ^{1,G} Kcal 466 Ew 16g F 13g KH 69g
Mittwoch	Wurstgulasch ^{2,3,8,(S),16,G,a,c,i,j} mit Nudeln ^{A,A1} Rote-Bete-Salat ¹¹ Kcal 542 Ew 27g F 25g KH 53g	Gemüse Eintopf ^I mit Reis Brot ^{A,A1,A3} Rote-Bete-Salat ¹¹ Kcal 489 Ew 26g F 11g KH 70g	Gekochte Eier ^C in leichter Dill-Senfsoße ^{16,G,J,a,c,i} , dazu Kartoffeln Rote-Bete-Salat ¹¹ Kcal 490 Ew 20g F 27g KH 41g
Donnerstag	Grüne Bohnen-Eintopf ^{G,I} mit Rindfleisch Brot ^{A,A1,A3} Obst Kcal 516 Ew 30g F 14g KH 66g	Schweinebraten ^{G,a,c,i,j} mit Spargelgemüse ^{G,a,c,i,j} und Spätzle ^{A,A1,C} Obst Kcal 505 Ew 34g F 18g KH 51g	Vorsuppe ^{A,A1,C,G,I} , Germknödel ^{12,A,A1,c,f,g,h} mit Vanillesoße ^{1,G} Obst Kcal 630 Ew 23g F 14g KH 89g
Freitag	Marinierter Hering ^{11,MSC,C,D,G} und Kartoffeln Möhren-Apfel-Salat Kcal 566 Ew 28g F 18g KH 71g	Topfbraten ^{11,G,a,c,i,j} mit Kartoffelpüree ^{G,L} Möhren-Apfel-Salat Kcal 506 Ew 29g F 17g KH 55g	Nudeln ^{A,A1} mit fruchtiger Tomatensoße ^{G,a,c,i,j} Möhren-Apfel-Salat Kcal 549 Ew 22g F 25g KH 58g
Samstag	Graupensuppe ^{A,A1,A4,G,I} mit Gemüse und Kasselerwürfeln Brot ^{A,A1,A3} Kompott Kcal 548 Ew 19g F 13g KH 85g	Putengeschnetzeltes ^{G,a,c,i,j} mit Paprika, dazu Nudeln ^{A,A1} Kompott Kcal 624 Ew 42g F 12g KH 87g	Putengeschnetzeltes ^{G,a,c,i,j} mit Paprika, dazu Nudeln ^{A,A1} Kompott Kcal 624 Ew 42g F 12g KH 87g
Sonntag	Nussbraten ^(S) mit Soße ^{G,a,c,i,j} , Erbsen-Möhrengemüse ^G und Salzkartoffeln Dessert ^{1,G} Kcal 535 Ew 34g F 20g KH 52g	Gulasch ^{(S/R),G,a,c,i,j} mit Champignons und Klößen ^{5,L} Dessert ^{1,G} Kcal 604 Ew 42g F 22g KH 59g	Gulasch ^{(S/R),G,a,c,i,j} mit Champignons und Klößen ^{5,L} Dessert ^{1,G} Kcal 604 Ew 42g F 22g KH 59g

Änderungen vorbehalten. Das JOS-Küchenteam wünscht guten Appetit!

☼ = Menü nach Anregung durch unsere Kunden
 Kennzeichnung Zusatzstoffe: 1 – Farbstoff, 2 – Konservierungsstoff, 3 – Antioxidationsmittel, 4 – Geschmacksverstärker, 5 – geschwefelt, 6 – geschwärzt, 7 – gewachst, 8 – Phosphat, 9,10 – Süßungsmittel, 11 – Zucker und Süßungsmittel, 12 – enthält eine Phenylalaninquelle, 13 – wirkt abführend, 14 – koffeinhaltig, 15 – chininhaltig, 16 – mit Milchzucker, 17 – mit Eiklar, 18 – mit Soja, 19 – Alkohol, 20 – gentechnisch verändertes Lebensmittel, 21 – hergestellt aus zerkleinertem Fleisch, 22 – Formfleisch
 Kennzeichnung Allergene: A – glutenhaltiges Getreide, A1 – Weizen, A2 – Hafer, A3 – Roggen, A4 – Gerste, A5 – Dinkel, A6 – Kamut, B – Krebstiere, C – Eier, D – Fische, E – Erdnüsse, F – Sojabohnen, G – Milch[inkl. Lactose], H – Schalenfrüchte, H1 – Mandeln, H2 – Haselnüsse, H3 – Walnüsse, H4 – Kaschunüsse, H5 – Pekannüsse, H6 – Paranüsse, H7 – Pistazien, H8 – Makadernianüsse, H9 – Queenslandnüsse, I – Sellerie, J – Senf, K – Sesamsamen, L – Schwefeldioxid und Sulfide, M – Lupine, N – Weichtiere
 Kennzeichnung Spuren: a – glutenhaltiges Getreide, b – Krebstiere, c – Eier, d – Fische, e – Erdnüsse, f – Sojabohnen, g – Milch[inkl. Lactose], h – Schalenfrüchte, i – Sellerie, j – Senf, k – Sesamsamen, l – Schwefeldioxid und Sulfide, m – Lupine, n – Weichtiere
 (R) = mit Rindfleisch (S) = mit Schweinefleisch

Speiseplan für die Woche vom 25.06.2018 – 01.07.2018

	Menü 1	Menü 2	Leichte Vollkost
Montag	Gemüse-Reispfanne ^l [aus Lauch, Möhren, Erbsen und Langkornreis] mit Kräutersoße ^{G,a,c,i,j} Obst	Bratwurst ^{l,j} mit Soße ^{A,A1,G,j,c,i} , Bayrisch Kraut ^{G,a,c,i,j} und Kartoffelpüree ^{G,L} Obst	Hühnerfrikassee ^{G,l,a,c,j} mit Gemüse und Reis Obst
	Kcal 429 Ew 9g F 9g KH 76g	Kcal 556 Ew 19g F 38g KH 35g	Kcal 515 Ew 38g F 11g KH 63g
Dienstag	Vorsuppe ^{16,A,A1,C,G,l} , Milchreis ^{16,G} mit Zucker und Zimt, dazu heiße Kirschen Dessert ^{1,16,G}	Cevapciici ^{21,(R),A,A1} [Hackfleischröllchen aus Rindfleisch] mit Bratensoße ^{16,G,a,c,i,j} , Pastinaken-Möhren- gemüse ^G und Reis Dessert ^{1,16,G}	Gemüsesuppe ^{G,l} mit Erbsen, grünen Bohnen, Blumenkohl und Fleischeinlage Brot ^{A,A1,A3} Dessert ^{1,16,G}
	Kcal 685 Ew 31g F 10g KH 115g	Kcal 624 Ew 26g F 20g KH 82g	Kcal 502 Ew 28g F 13g KH 66g
Mittwoch	Schweinegeschnetzeltes in Bratensoße ^{G,a,c,i,j} mit Nudeln ^{A,A1} Möhren-Salat	Rinderbraten mit Rotweinssoße ^{19,G,a,c,i,j} und Salzkartoffeln Möhren-Salat	Eieromelette ^{C,G,a} mit Spinat ^{G,a,c,h,i,j} und Salzkartoffeln Möhren-Salat
	Kcal 601 Ew 38g F 20g KH 67g	Kcal 428 Ew 30g F 14g KH 43g	Kcal 445 Ew 23g F 23g KH 35g
Donnerstag	Gefüllte Paprikaschote ^{21,(S/R),A,A1,C,f,g,i,j} mit Soße ^{G,a,c,i,j} und Salzkartoffeln Obst	Hähnchenschenkel mit Bratensoße ^{G,a,c,i,j} , buntes Gemüse ^{G,a,c,i,j} und Semmelklöße ^{A,A1,C,G,f,h} Obst	Tomaten-Reis-Suppe ^{G,l} Brot ^{A,A1,A2,A3,A4,f,k} Obst
	Kcal 537 Ew 16g F 16g KH 79g	Kcal 642 Ew 33g F 27g KH 64g	Kcal Ew g F g KH g
Freitag	Knuspriges Seelachsfilet ^{A,A1,C,D,G} mit Senfsoße ^{G,j,a,c,i} und Pasta+Reis ^{M,a,f,g,i,j} Gurkensalat	Mariniertes Nackensteak ^{G,j,a,c,i} mit Kohlrabigemüse ^G und Kartoffeln Gurkensalat	Nudeln ^{A,A1} mit Broccolissoße ^{G,a,c,i,j} Gurkensalat
	Kcal 526 Ew 27g F 13g KH 75g	Kcal 490 Ew 35g F 22g KH 36g	Kcal 412 Ew 15g F 7g KH 71g
Samstag	Hackfleisch Eintopf ^{f2,3,21,(S),G,l} mit Kartoffelwürfeln, Mais, Bohnen und Paprika Brot ^{A,A1,A2,A3,A4,f,k} Kompott	Putenbraten ^{G,a,c,i,j} mit Schwarzwurzel- gemüse ^{G,a,c,i,j} und Salzkartoffeln Kompott	Putenbraten ^{G,a,c,i,j} mit Schwarzwurzel- gemüse ^{G,a,c,i,j} und Salzkartoffeln Kompott
	Kcal 588 Ew 32g F 11g KH 86g	Kcal 470 Ew 24g F 11g KH 66g	Kcal 470 Ew 24g F 11g KH 66g
Sonntag	Rindergeschnetzeltes ^{G,a,c,i,j} mit Paprikastreifen und Kartoffeln Dessert ^{1,G}	Gefüllter Schweinebraten mit Zwiebelsoße ^{A,A1,G,c,i,j} und Kaisergemüse ^G , dazu Kartoffelklöße ^{5,L} Dessert ^{1,G}	Gefüllter Schweinebraten mit Zwiebelsoße ^{A,A1,G,c,i,j} und Kaisergemüse ^G , dazu Kartoffelklöße ^{5,L} Dessert ^{1,G}
	Kcal 571 Ew 37g F 16g KH 69g	Kcal 612 Ew 38g F 20g KH 70g	Kcal 612 Ew 38g F 20g KH 70g

Änderungen vorbehalten. Das JOS-Küchenteam wünscht guten Appetit!