

»Leckere« Weihnachtszeit

ESSEN/GETRAENK	MENGE (kcal)	HAEUFIGKEIT
Pils	200ml (84)	65
Wein	200ml (160)	24 *
Glühwein	200ml (160)	16
Jagertee/Grog	200ml (160)	5
Lumumba	200ml (400)	5
Irish Coffee	200ml (180)	1
Eierpunsch	200ml (570)	1
Weihnachtsgans (Rotkohl, Klöße)	(2.430)	1
Bratwurst	120g (335)	1
Lachs	100g (142)	1
Fondue	100g (942)	1
Raclette	(1.600)	1
Kartoffelsalat + Würstchen	(870) *	2
Bratapfel (Vanillesauce, Marzipan)	(835)	2
gebrannte Mandeln	100g (590)	5
Spekulatius	100g/Stück (480/48)	16
Zimtstern	100g/Stück (500/65)	16
Vanillekipferl	100g/Stück (500/65)	16
Stollen	100g (324)	16

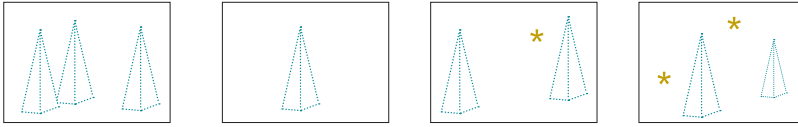
HAEUFIGKEIT

1 einmal in der Weihnachtszeit | 2 alle zwei Wochen | 5 einmal die Woche | 16 mehrmals die Woche,
24 mehrmals die Woche, fast täglich | 32 täglich | 65 mehrmals täglich

*

*

Falls Sie jetzt das schlechte Gewissen und Magenschmerzen plangen!?!?
Können wir Sie beruhigen – unsere Hilfe finden Sie auf der folgenden
Seite. >>>



Hilfe gegen das Völlegefühl nach dem Fest(fr)essen?

Stollen, Glühwein, Gänsebraten mit Rotkohl und Kartoffelklößen ...

Gegen das Völlegefühl hilft Ingwerwasser, das tropische Gewürz regt die Verdauung an.

Einfach fünf Zentimeter Ingwerwurzel in Scheiben schneiden, mit einem Liter kochendem Wasser übergießen und 20 Minuten ziehen lassen.

Prost!

*

*

*

*

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen;

- eine weitestgehend ruhige Adventszeit
- Frohe Weihnachten
- ein köstliches und bekömmliches Festessen
- und einen Guten Rutsch

*

Ihre Lindner Lohse Architekten BDA

*