



Speiseplan

von Montag, 19.09.2022 KW 38

bis Sonntag, 25.09.2022



Menü 1 Leibgericht

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Chili con Carne mit Mais, Kidneybohnen und Paprika feine grüne Erbsen , Reis	gelbe Erbsentopf ,1,1a,9 Wiener Scheiben ,10,9,A,K,Ph	Kasslerbraten ^{A,K,Ph} Soße zum Kasslerbraten 10,A,K,Ph Sauerkraut Salzkartoffeln	Hähnchenschnitzel ,1,1a,1c Geflügelsoße ^{1,1a,3,6} Wachsbrechbohnen gemüse Kartoffelpüree ⁷	Rostbratwurst ,10,Ph bunter Kartoffelsalat ¹⁰	Linseneintopf mit Kassler ^{9,A,K,Ph}	Rinderroulade ,10,A,K,Ph Soße zu Rinderbraten ^{10,A,K,Ph} Apfelrotkohl 2 Kartoffelklöße
kcal: 530,3, Fett: 23,3 g, KH: 49,6 g, EW: 26,8 g	kcal: 664,3, Fett: 36,5 g, KH: 53,0 g, EW: 24,6 g	kcal: 353,9, Fett: 10,9 g, KH: 42,4 g, EW: 18,8 g	kcal: 342,1, Fett: 7,3 g, KH: 39,7 g, EW: 27,1 g	kcal: 457,6, Fett: 32,1 g, KH: 26,2 g, EW: 15,6 g	kcal: 382,5, Fett: 4,0 g, KH: 52,4 g, EW: 26,4 g	kcal: 492,6, Fett: 13,0 g, KH: 60,9 g, EW: 30,8 g
Kohlrabiotopf mit Rindfleisch ⁹	Wurstgulasch ^{10,A,K,Ph} Spirelli-Nudeln ,1,1a Hartkäse gerieben	Alaska Seelachsfilet gebraten ^{1,1a,4,7} Kräutersoße ⁶ Wurzelgemüse ⁹ Kartoffelpüree ⁷	Blumenkohl - Brokkoli - Kartoffelauflauf ,3,7 Kürbis- Karottensoße ^{6,A,K}	Schlemmerfisch- filet mit Brokkoli ,1,1a,4,7 Senfsoße ¹⁰ Möhrengemüse Vollkornreis	3 Eierpfannkuchen ,1,1a,3,7 Vanillesoße ^{7,F}	Gemüsetaler ^{1,1a,3} Kräutersoße ⁶ Rosenkohl, Möhre, Schwartzwurzeln, Zwiebeln Salzkartoffeln
kcal: 185,7, Fett: 4,3 g, KH: 23,3 g, EW: 10,4 g	kcal: 764,7, Fett: 44,6 g, KH: 64,2 g, EW: 25,5 g	kcal: 231,8, Fett: 9,7 g, KH: 12,7 g, EW: 20,5 g	kcal: 372,3, Fett: 23,8 g, KH: 26,9 g, EW: 10,0 g	kcal: 707,9, Fett: 24,5 g, KH: 86,2 g, EW: 31,3 g	kcal: 635,6, Fett: 22,0 g, KH: 86,1 g, EW: 20,5 g	kcal: 356,7, Fett: 10,5 g, KH: 49,0 g, EW: 10,5 g
Süßkartoffel- Kichererbsen-Curry ,8,8d Brokkoli Vollkornreis	Austernseitling- pfanne ⁶ Kartoffelecken	Gerstenfrikadelle ,1,1c,8,8a,9,A Blumenkohl, Brokkoli, Möhren in Soße ⁶ Gemüse- vollkornreis ⁹	feines fruchtiges Tofugeschnetztes 6,8,8d Blumenkohl Gemüse Couscous ,1,1a,9	Kichererbsen- Kürbistopf ⁹	Gemüsebolognese ,9 Vollkorn- spirelli-Nudeln ^{1,1a} Reibegenuss ^{8,8a,A}	Gemüsepfanne mit Früchten ^{8,8d} Möhrengemüse Vollkornreis
kcal: 656,3, Fett: 17,7 g, KH: 101,2 g, EW: 16,6 g	kcal: 314,4, Fett: 13,0 g, KH: 38,2 g, EW: 9,4 g	kcal: 433,1, Fett: 8,4 g, KH: 74,6 g, EW: 11,1 g	kcal: 442,7, Fett: 15,3 g, KH: 56,3 g, EW: 15,7 g	kcal: 240,5, Fett: 8,3 g, KH: 36,9 g, EW: 6,0 g	kcal: 466,6, Fett: 14,7 g, KH: 66,8 g, EW: 14,0 g	kcal: 699,4, Fett: 24,8 g, KH: 98,7 g, EW: 16,6 g
Gemüsetopf mit Tofu ^{6,9}	Ebly-Gemüsepfanne mit Balkankäse ,1,11,1a,7,9 Kokos- Karottensoße mit Ingwer ⁶ und Brokkoli	2 Grilltomaten mit Balkankäse ⁷ Tomatensoße Gemüse Couscous ,1,1a,9	Kräutersoße ⁶ Brokkoli mit Mandelblättern ,8,8a Möhren ⁶ zu Gemüsevollkornreis ⁹	gratinierte Tomaten Tofuschnitte ,6,8,8a,A Kürbis- Zitronensoße ^{6,A,K} Brokkoli Kräuterhirse	Möhrentopf mit Tofuwürfel ⁶	Blattspinat in Soße mit Balkan ^{6,7} Vollkornspaghetti- Nudeln ^{1,1a}
kcal: 286,7, Fett: 13,1 g, KH: 27,5 g, EW: 9,9 g	kcal: 460,2, Fett: 16,3 g, KH: 49,7 g, EW: 22,1 g	kcal: 535,6, Fett: 21,4 g, KH: 59,9 g, EW: 22,4 g	kcal: 314,4, Fett: 8,3 g, KH: 45,7 g, EW: 9,2 g	kcal: 531,7, Fett: 26,0 g, KH: 44,7 g, EW: 26,1 g	kcal: 276,7, Fett: 12,9 g, KH: 29,1 g, EW: 7,0 g	kcal: 281,8, Fett: 23,8 g, KH: 6,0 g, EW: 10,0 g

Die Speisen werden mit Oliven- oder Rapsöl zubereitet. Kreuzkontaminationen können nicht ausgeschlossen werden. Änderungen vorbehalten.

Legende: = Icon Vegan, = Icon Vegetarisch, = Icon Schwein, 1 = Glutenhaltiges Getreide, 10 = Senf und Senferzeugnisse, 11 = Sesam und Sesamerzeugnisse, 1a = Weizen, 1c = Gerste, 3 = Eier und Eierzeugnisse, 4 = Fisch und Fischerzeugnisse, 6 = Soja und Sojaerzeugnisse, 7 = Milch und Milcherzeugnisse einschl. Laktose, 8 = Schalenfrüchte und Erzeugnisse, 8a = Mandel, 8d = Kaschunüsse, 9 = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, A = mit Antioxidationsmittel, F = mit Farbstoff, K = mit Konservierungsstoff, Ph = mit Phosphat