



Speiseplan

von Montag, 29.07.2024 KW 31

bis Sonntag, 04.08.2024


















Menü 1

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Schweinegulasch  <small>,10,9,A,K</small> Spirelli-Nudeln  <small>,1,1a</small>	Currywurst  <small>,10,A,K,Ph</small> Curry-Paprikasoße  grüne Erbsen  Kartoffelecken 	Blumenkohl - Brokkoli - Kartoffelauflauf ^{3,7} Kräutersoße  <small>,6</small>	Kalbsragout mit Spargel ^{6,A} Möhrengemüse  Salzkartoffeln 	Seelachs gebraten <small>1,1a,4</small> Kartoffel- Gurkensalat  <small>,10</small>	4 Nürnberger Würstchen  Zwiebelsoße  <small>,A,K</small> Sauerkraut  Kartoffelpüree ^{7,A}	Hähnchenfilet natur Kräutersoße mit Gemüstreifen  <small>,6,9</small> Brokkoli  Kartoffelpüree ^{7,A}




















<small>kcal: 456,9, Fett: 12,2 g, KH: 55,0 g, EW: 28,9 g</small>	<small>kcal: 694,2, Fett: 41,3 g, KH: 50,3 g, EW: 25,8 g</small>	<small>kcal: 450,1, Fett: 25,4 g, KH: 24,1 g, EW: 10,2 g</small>	<small>kcal: 316,6, Fett: 7,9 g, KH: 36,1 g, EW: 22,0 g</small>	<small>kcal: 604,5, Fett: 33,8 g, KH: 50,3 g, EW: 21,0 g</small>	<small>kcal: 624,0, Fett: 45,3 g, KH: 31,9 g, EW: 19,1 g</small>	<small>kcal: 343,5, Fett: 7,7 g, KH: 22,9 g, EW: 30,4 g</small>
--	--	--	---	--	--	---

Menü 2

Grüne Bohnentopf mit Tofu  <small>,6,9</small>	Tofuschnitte m. Blattspinat und Mandel  <small>,6,8,8a,A,F</small> Karottensoße  <small>,6</small> Blumenkohl, Brokkoli, Möhren 	Mediterranes Gemüse mit Tofu  <small>,6</small> Vollkornspaghetti- Nudeln  <small>,1,1a</small>	Champignonpfanne  <small>,6</small> Salzkartoffeln 	Karotten-Lauch Reispfanne  <small>,9</small> Karottensoße  <small>,6</small> Blumenkohl 	Gemüse Auflauf Griechische Art  <small>,6,8,8a,A,F</small> Tomatensoße 	Gemüseragout  <small>,6,9</small> Ebly-Zartweizen  <small>,1,1a</small>
---	--	---	--	--	--	--



<small>kcal: 216,1, Fett: 4,8 g, KH: 31,1 g, EW: 12,2 g</small>	<small>kcal: 718,4, Fett: 27,4 g, KH: 72,4 g, EW: 28,3 g</small>	<small>kcal: 303,5, Fett: 9,2 g, KH: 40,4 g, EW: 11,4 g</small>	<small>kcal: 238,9, Fett: 7,1 g, KH: 30,5 g, EW: 12,0 g</small>	<small>kcal: 444,7, Fett: 8,2 g, KH: 66,3 g, EW: 11,6 g</small>	<small>kcal: 534,2, Fett: 26,9 g, KH: 54,2 g, EW: 10,0 g</small>	<small>kcal: 308,1, Fett: 2,0 g, KH: 48,3 g, EW: 10,5 g</small>
---	--	---	---	---	--	---

Menü 3

Ayurveda Blumenkohl - Brokkoli - Möhrenpfanne  <small>,6</small> Kräuter-Quinoa  Tofuwürfel auf Wunsch  <small>,1,11,1a,6</small>	Kürbis-Spinatpf. m. Balkankäse ^{7,8,8d} Frischkäse- Kräutersoße ^{6,7} Möhrengemüse  Salzkartoffeln 	3 Polenta- medaillons  Brokkoli  Tomaten-Fenchel- Gemüse  <small>,A,S</small> Räucher Tofuwürfel mariniert  <small>,1,11,1a,6</small>	Bunter Nudelaufwurf <small>1,1a,3,7</small> Kräutersoße  <small>,6</small>	Zucchini mit Karotten - Frischkäsefüllung ⁷ Kräutersoße  <small>,6</small> Wachsbrechbohnen gemüse  Vollkornreis  Cashewkerne ^{8,8d}	Möhren-Hirsotto  <small>,1,1a,5,6</small> Tomatensoße 	2 ½ Fenchelherzen  <small>,8,8a,A,F</small> Mandel-Apfelsoße  <small>,6,8,8a</small> Süßkartoffelgemüse  Kartoffelecken 
--	--	---	--	---	--	--

<small>kcal: 416,5, Fett: 15,8 g, KH: 44,0 g, EW: 20,5 g</small>	<small>kcal: 626,8, Fett: 32,4 g, KH: 50,8 g, EW: 15,7 g</small>	<small>kcal: 608,5, Fett: 38,2 g, KH: 41,0 g, EW: 20,8 g</small>	<small>kcal: 698,9, Fett: 36,5 g, KH: 37,7 g, EW: 33,4 g</small>	<small>kcal: 781,6, Fett: 33,4 g, KH: 77,3 g, EW: 21,7 g</small>	<small>kcal: 629,5, Fett: 23,9 g, KH: 84,6 g, EW: 13,7 g</small>	<small>kcal: 545,2, Fett: 13,8 g, KH: 79,6 g, EW: 11,0 g</small>
--	--	--	--	--	--	--

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

Legende:  = Icon Vegan,  = 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, 5 = Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse, 6 = Soja und Sojaerzeugnisse, 7 = Milch und Milcherzeugnisse einschl. Laktose, 8 = Schalenfrüchte und Erzeugnisse, 8a = Mandel, 8d = Cashewnüsse, 9 = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, A = mit Antioxidationsmittel, F = mit Farbstoff, K = mit Konservierungsstoff, Ph = mit Phosphat, S = geschwefelt, S = Schwefeldioxyd/Sulfite