

Speiseplan

von Montag, 20.10.2025 KW 43
bis Sonntag, 26.10.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü 1	Bolognese Soße  Vollkornspirelli- Nudeln  ,1,1a	Omelett  ,3,7 Rahmspinat  ,6,7 Kartoffelpüree  ,7,A,S	Hähnchenkeule gebraten Geflügelsoße  ,1,1a,3,6 Apfelrotkohl  Salzkartoffeln 	Blumenkohl - Brokkoli - Kartoffelaufauf  ,3,7 Kräutersoße mit Gemüwestreifen  ,6,9	Seelachs mit Gemüwestreifen  ,4,9 Kürbis- Zitronensoße  ,6,A,K Brokkoli  Roter Thai Reis 	Möhrentopf m.Hühnerfleisch	Hackfleischroulade  ,1,10,1a Thymiansoße zum Braten  ,10 grüne Bohnen  Salzkartoffeln 
	kcal: 388,2, Fett: 11,2 g, KH: 43,4 g, EW: 25,4 g	kcal: 283,8, Fett: 15,0 g, KH: 20,4 g, EW: 14,5 g	kcal: 668,7, Fett: 36,9 g, KH: 41,9 g, EW: 40,8 g	kcal: 432,4, Fett: 28,1 g, KH: 31,0 g, EW: 10,6 g	kcal: 341,2, Fett: 7,3 g, KH: 33,8 g, EW: 32,0 g	kcal: 220,0, Fett: 7,2 g, KH: 26,8 g, EW: 11,6 g	kcal: 393,7, Fett: 21,2 g, KH: 33,7 g, EW: 14,5 g
Menü 2	Wurzelgemüse- Bohrentopf  ,9 Kürbis-Spinat- pfanne  ,11,8,8d Rosmarin- Kartoffeln 	Mung Dal  ,9,A,K gelbe Paprika  Roter Thai Reis 	Möhrentopf mit Mung-Dal  ,9 rote Paprika  Kräuter Couscous Vollkorn  ,1,1a	Mung Dal mit gebra.Lauch  ,9,A,K Geb.gr.Bohnen mit Sesam u.Kokos  ,1,11,1a,6 Süßkartoffel- Stampf 	Zimtlinsen mit Kürbis  Brokkoli  Kartoffelecken 	Steckrüben- Mungbohnen-Suppe  ,9 Mediterranes Gemüse  Roter Thai Reis 	Rote Bete Dal  ,A,K Karotten mit Mango  Gewürz Reis 
	kcal: 435,2, Fett: 28,6 g, KH: 35,2 g, EW: 8,5 g	kcal: 198,2, Fett: 7,4 g, KH: 27,7 g, EW: 3,0 g	kcal: 158,2, Fett: 10,2 g, KH: 12,1 g, EW: 2,5 g	kcal: 288,7, Fett: 21,0 g, KH: 13,1 g, EW: 6,7 g	kcal: 314,7, Fett: 15,9 g, KH: 33,7 g, EW: 8,6 g	kcal: 193,7, Fett: 5,6 g, KH: 30,5 g, EW: 3,4 g	kcal: 280,6, Fett: 7,7 g, KH: 44,5 g, EW: 4,2 g
Menü 3	Graupeneintopf mit Liebstöckel  ,1,1c,9 Tofuwürfel, auf Wunsch  ,6	Gratinierter- Blumenkohl-Auflauf  ,6,8,8a,A,F Karottensoße  ,6 Hirtenkäse auf Wunsch  ,7	Sahnelinsen mit Gemüwestreifen  ,6,9 Kartoffelecken  Hirtenkäse auf Wunsch  ,7	gratinierte Tomaten Tofuschnitte  ,6,8,8a,A,F Kürbis- Zitronensoße  ,6,A,K Möhrengemüse  Kräuter Couscous Vollkorn  ,1,1a	Kürbis-Süßkartoffel- Topf  ,9	Gemüsebolognese  ,9 Vollkornspirelli- Nudeln  ,1,1a	Auberginen- Tomaten-Pfanne  Basilikumsoße  ,6 Kräuterhirse  Tofuwürfel, auf Wunsch  ,6
	kcal: 390,1, Fett: 16,9 g, KH: 39,2 g, EW: 15,8 g	kcal: 392,1, Fett: 15,8 g, KH: 46,0 g, EW: 12,2 g	kcal: 592,9, Fett: 21,6 g, KH: 68,4 g, EW: 26,6 g	kcal: 390,7, Fett: 25,5 g, KH: 22,3 g, EW: 15,9 g	kcal: 299,3, Fett: 9,0 g, KH: 41,6 g, EW: 14,3 g	kcal: 325,8, Fett: 7,6 g, KH: 51,2 g, EW: 10,7 g	kcal: 440,9, Fett: 15,1 g, KH: 45,0 g, EW: 19,4 g

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, 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, S = geschwefelt, S = Schwefeldioxide/Sulfite