

Speiseplan

von Montag, 27.10.2025 KW 44
bis Sonntag, 02.11.2025



Menü 1

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Gnocchi - Tomatenpfanne ,1,1a,7 Tomatensoße	Kohlroulade mit Schweinehack ,1,10,1a,7 Kümmelsoße mit Weißkohl Salzkartoffeln	Chili sin Carne mit Mais, Kidneybohnen und Paprika Gemüsevollkornreis ,9	gratinierter Rosenkohl Auflauf ,3,7,9 Kräutersoße ,6	Seelachs gebraten 1,1a,4 Meerrettich- soße ,6,7,A,S Wurzelgemüse ,9 Gemüse- vollkornreis ,9	Grüne Bohnentopf mit frischen Kräuter ,9 Wiener Scheiben ,10,9,A,K,Ph	Schweineschnitzel ,1,1a Soße zum Braten grüne Erbsen Salzkartoffeln
kcal: 457,9, Fett: 13,4 g, KH: 71,8 g, EW: 11,1 g	kcal: 492,2, Fett: 29,4 g, KH: 34,5 g, EW: 18,8 g	kcal: 433,3, Fett: 7,1 g, KH: 65,0 g, EW: 21,5 g	kcal: 415,0, Fett: 27,0 g, KH: 27,3 g, EW: 11,8 g	kcal: 632,1, Fett: 30,2 g, KH: 62,8 g, EW: 22,7 g	kcal: 334,1, Fett: 17,3 g, KH: 24,9 g, EW: 13,5 g	kcal: 424,3, Fett: 14,4 g, KH: 44,0 g, EW: 26,4 g
Süßkartoffel- Kichererbsen- Kokos-Curry ,8,8d Brokkoli Vollkornreis Tofuwürfel, auf Wunsch ,6	Bunter Nudelauf 1,1a,3,7 Tomaten- soße Hirtenkäse auf Wunsch ,7	2 1/2 Fenchel- herzen ,8,8a,A,F Mandel-Apfelsoße ,6,8,8a Rote Bete Gemüse Kartoffelecken Tofuwürfel, auf Wunsch ,6	2 Rote Bete Medaillons ,1,1a Basilikumsoße ,6 Brokkoli Salzkartoffeln Tofuwürfel, auf Wunsch ,6	Zimtlinsen mit Kürbis Gewürz-Vollkorn- Couscous ,1,1a Hirtenkäse auf Wunsch ,7	2 Grilltomaten Tomatensoße Mediterranes Gemüse Vollkornspirelli- Nudeln ,1,1a	Gemüse Tofuschnitte ,11,6,8,8a,9,A,F Kurkuma- Kräutersoße ,6 Ofen Kürbis Gemüse Kräuterhirse Hirtenkäse auf Wunsch ,7
kcal: 531,3, Fett: 22,1 g, KH: 55,7 g, EW: 22,9 g	kcal: 766,6, Fett: 45,3 g, KH: 47,1 g, EW: 39,4 g	kcal: 484,8, Fett: 19,4 g, KH: 54,7 g, EW: 19,2 g	kcal: 605,9, Fett: 28,3 g, KH: 60,7 g, EW: 21,6 g	kcal: 572,3, Fett: 35,9 g, KH: 39,7 g, EW: 21,2 g	kcal: 360,4, Fett: 8,9 g, KH: 54,7 g, EW: 12,2 g	kcal: 710,8, Fett: 38,1 g, KH: 54,2 g, EW: 29,7 g
Minestrone m. Bohnen ,9 gebackener Kürbis m. Kruste ,8,8d Arabisches Reis m. Mungbohnen ,11	Hirse-Linsenköfta Afrikanisches Wurzelgemüserago ut ,9 Kräuter-Kartoffeln 	Ebly-Weizen Pilaf ,1,1a,8,8a,9 Cremiges Zucchini Daal ,9,A,K Gebackene Drillinge mit Petersilie	VK Cous.Mungdaal- Gemüsesuppe ,1,1a,9 Karotte mit frischem Koriander Süßkartoffel- Stampf	Kurkuma-Daal ,9,A,K 2 Fenchelherzen mit Saatkruste ,11 Roter Thai Reis	Kürbistaler Cashewkerne und Sultaninen ,8,8a,8d Karotten-Linsen- sauce ,A,K Rote Bete mit Sesam- tahini ,11 Gewürz-Vollkorn- Couscous ,1,1a	Kräuterpesto grüne Erbsen Mediterranes Gemüse Dinkel-VK- Spaghetti-Pasta ,1,1a
kcal: 404,3, Fett: 9,2 g, KH: 66,7 g, EW: 12,8 g	kcal: 394,5, Fett: 15,0 g, KH: 47,6 g, EW: 10,4 g	kcal: 913,6, Fett: 27,9 g, KH: 135,1 g, EW: 24,0 g	kcal: 358,8, Fett: 10,6 g, KH: 43,5 g, EW: 17,2 g	kcal: 581,6, Fett: 9,3 g, KH: 103,6 g, EW: 16,9 g	kcal: 611,3, Fett: 40,3 g, KH: 46,7 g, EW: 14,7 g	kcal: 717,4, Fett: 23,7 g, KH: 83,8 g, EW: 35,2 g

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

Legende: = Icon Veggie, = Icon Vegan, = Icon Schwein, 1 = Glutenhaltiges Getreide, 10 = Senf und Senferzeugnisse, 11 = Sesam und Sesamerzeugnisse, 1a = Weizen, 1c = Gerste, 1d = Hafer, 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, Ph = mit Phosphat, S = geschwefelt, S = Schwefeldioxyd/Sulfite