

Speiseplan

von Montag, 03.11.2025 KW 45

bis Sonntag, 09.11.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü 1	Wurstgulasch  ,10,A,K,Ph	2 gekochte Eier  ³ Senfsoße ¹⁰	Pfannenfrikadelle  ,1,10,1a,3	Kartoffel-Spinat- Auflauf  ^{3,7,9}	Schlemmerfisch Bordelaise ^{1,1a,4}	Kartoffelsuppe  ⁹ Wiener Scheiben  ,10,9,A,K,Ph	Frikassee vom Huhn mit Spargel ^{3,6,7,A} Salzkartoffeln 
	Vollkornspirelli- Nudeln  ^{1,1a}	Salzkartoffeln  Möhrenrohkost ^{A,K}	Porree in Soße  ⁶ Kartoffelpüree  ,7,A,S	Frischkäse- Kräutersoße  ^{6,7}	Dillsoße  ⁶ Brokkoli  Salzkartoffeln 		
	<i>kcal: 464,8, Fett: 22,9 g, KH: 44,7 g, EW: 19,5 g</i>	<i>kcal: 423,3, Fett: 18,4 g, KH: 42,8 g, EW: 18,5 g</i>	<i>kcal: 464,7, Fett: 28,4 g, KH: 29,5 g, EW: 19,9 g</i>	<i>kcal: 481,5, Fett: 34,8 g, KH: 28,5 g, EW: 11,0 g</i>	<i>kcal: 382,5, Fett: 14,6 g, KH: 37,2 g, EW: 22,6 g</i>	<i>kcal: 401,9, Fett: 24,1 g, KH: 32,8 g, EW: 10,2 g</i>	<i>kcal: 265,2, Fett: 9,7 g, KH: 24,7 g, EW: 18,1 g</i>
Menü 2	Mungbohnen-Dal  ,9,A,K grüne	Mung Dal Spinat- Kokos  ^{A,K}	Cashew-Spinat  ,1,1d,8,8d	Kartoffel-Lauch Dal  ^{A,K} Wurzel- gemüse aus dem Ofen 	Masala Kartoffeln mit Karotten 	Rote Bete Dal  ^{A,K} Gewürz-Vollkorn- Couscous  ^{1,1a}	Basilikumsoße  ^{8,8d} Mediterranes Gemüse  Dinkel-VK- Spaghetti-Pasta  ,1,1a
	Erbsen  mit Mango  Roter Thai Reis 	2 Fenchelherzen mit Saatkruste  ¹¹ Bulgur mit Koriander  ^{1,1a}	Zucchini- Auberginen  ⁵ Roter Thai Reis 	Ebly-Pulo  ,1,1a,8,8d,A,K	Schmorgurken mit Dill  ⁶		
	<i>kcal: 411,3, Fett: 7,9 g, KH: 74,2 g, EW: 5,4 g</i>	<i>kcal: 369,3, Fett: 17,0 g, KH: 38,7 g, EW: 10,8 g</i>	<i>kcal: 379,7, Fett: 21,0 g, KH: 35,2 g, EW: 9,0 g</i>	<i>kcal: 427,0, Fett: 15,0 g, KH: 59,1 g, EW: 11,6 g</i>	<i>kcal: 159,3, Fett: 11,2 g, KH: 11,7 g, EW: 1,9 g</i>	<i>kcal: 127,6, Fett: 6,1 g, KH: 14,0 g, EW: 2,8 g</i>	<i>kcal: 299,0, Fett: 8,9 g, KH: 43,1 g, EW: 10,0 g</i>
Menü 3	Kräuterquark ⁷ Kartoffelecken  gemischter Blattsalat  ^F	2 Polenta- medaillons  Brokkoli  Tomaten-Fenchel- Gemüse  Tofuwürfel, auf Wunsch  ⁶	Indischer Linsentopf mit Ananas  ⁹ Hirtenkäse auf Wunsch  ⁷	Champignonpfanne  ⁶ Kartoffelecken  Tofuwürfel, auf Wunsch  ⁶	Zucchini mit Karotten – Frischkäsefüll- ung  ⁷ Kürbis- Zitronensoße  ^{6,A,K} Vollkornreis  Hirtenkäse auf Wunsch  ⁷	Falafelbällchen  ,1,1a Kurkuma- Kräutersoße  ⁶ Brokkoli  Gemüse Couscous  ,1,1a,9	Gemüseragout  ^{6,9} Gemüsevollkornreis  ⁹ Tofuwürfel, auf Wunsch  ⁶
	<i>kcal: 495,0, Fett: 25,4 g, KH: 42,0 g, EW: 22,4 g</i>	<i>kcal: 404,9, Fett: 17,6 g, KH: 39,7 g, EW: 17,7 g</i>	<i>kcal: 490,5, Fett: 30,3 g, KH: 31,5 g, EW: 18,3 g</i>	<i>kcal: 418,6, Fett: 18,7 g, KH: 38,3 g, EW: 22,1 g</i>	<i>kcal: 468,2, Fett: 24,5 g, KH: 44,9 g, EW: 17,0 g</i>	<i>kcal: 458,4, Fett: 20,3 g, KH: 50,8 g, EW: 13,6 g</i>	<i>kcal: 306,0, Fett: 10,4 g, KH: 34,5 g, EW: 15,6 g</i>

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

Legende:  = Icon Vegan  = Vegetarisch,  = Icon Schwein, 1 = Glutenhaltiges Getreide, 10 = Senf und Senferzeugnisse, 11 = Sesam und Sesamerzeugnisse, 1a = Weizen, 1d = Hafer, 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, 8d = Cashewnüsse, 9 = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, A = mit Antioxidationsmittel, F = mit Farbstoff, K = mit Konservierungsstoff, Ph = mit Phosphat, S = geschwefelt, S = Schwefeldioxide/Sulfite