






































Speiseplan




von Montag, 30.12.2024 KW 01

bis Sonntag, 05.01.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch 01.01.2025	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vollkost	Pfannenfrikadelle  ,1,10,1a,3 Soße zum Braten  Rosenkohl  Kartoffelpüree  ,7,A	Bolognese Soße  Spirelli-Nudeln  ,1,1a	2 gebratene Rindfleischbällchen Soße zu  ,1,1a,3,7 Rinderbraten  ,10,A,K grüne Bohnen  Salzkartoffeln 	kleine Grillhaxe  ,Ph Zwiebelsoße  ,A,K Sauerkraut  Kartoffelpüree  ,7,A	Schinkensülze  ,10,9,A,K,Ph Remouladensoße  ,1,10,1a,3,7,F,Su Bratkartoffeln mit Speck  ,A,K	Ungarischer Kesselgulasch ¹⁰	Geflügelhackbraten ^{1,10,1a,3,Ph} Geflügelsoße ^{1,1a,3,6} Rahmwirsing  ,6 Salzkartoffeln 
	<i>kcal: 475,2, Fett: 29,3 g, KH: 27,6 g, EW: 21,5 g</i>	<i>kcal: 405,0, Fett: 10,6 g, KH: 49,6 g, EW: 24,6 g</i>	<i>kcal: 471,7, Fett: 22,2 g, KH: 47,6 g, EW: 19,6 g</i>	<i>kcal: 445,3, Fett: 22,2 g, KH: 29,7 g, EW: 28,5 g</i>	<i>kcal: 619,2, Fett: 46,5 g, KH: 29,8 g, EW: 17,8 g</i>	<i>kcal: 358,4, Fett: 18,2 g, KH: 27,0 g, EW: 19,5 g</i>	<i>kcal: 450,2, Fett: 21,1 g, KH: 42,3 g, EW: 18,7 g</i>
Angepasste Vollkost (LVK)	2 gekochte Eier  ,3 Senfsoße ¹⁰ Wurzelgemüse  ,9 Salzkartoffeln 	Schlemmerfisch  Brokkoli ^{1,1a,4,7} Dillsoße  ,6 Möhrengemüse  Reis 	bunte Tortellini mit Spinat-Ricotta-füllung  ,1,1a,3,7 Spinat-Käse-Soße  ,6,7	Gemüsetopf mit Suppenklößchen  ,3,9	Polentagrießbrei ⁷ Sauerkirschsoße 	Seelachs mit Gemüsestreifen ^{4,9} Dillsoße  ,6 Brokkoli  Kartoffelpüree  ,7,A	Gemüseauflauf Gärtnerin  ,3,7,9 Kürbis-Zitronensoße  ,6,A,K Möhrengemüse 
	<i>kcal: 410,4, Fett: 19,9 g, KH: 35,0 g, EW: 19,2 g</i>	<i>kcal: 476,1, Fett: 14,6 g, KH: 44,0 g, EW: 27,3 g</i>	<i>kcal: 698,5, Fett: 20,0 g, KH: 94,4 g, EW: 23,9 g</i>	<i>kcal: 320,3, Fett: 12,4 g, KH: 41,0 g, EW: 6,7 g</i>	<i>kcal: 483,7, Fett: 21,9 g, KH: 55,9 g, EW: 14,5 g</i>	<i>kcal: 286,8, Fett: 5,8 g, KH: 18,4 g, EW: 24,7 g</i>	<i>kcal: 490,2, Fett: 25,7 g, KH: 33,3 g, EW: 16,0 g</i>
Vegan	Mediterrane Gemüsepfanne  Vollkornspaghetti-Nudeln  ,1,1a	Ayurveda Gemüsepfanne  Salzkartoffeln 	Brokkoli - Nuss - Ecke  ,1,1a,1d,8,8a,8b,9 Karottensoße  ,6 Blumenkohl  Salzkartoffeln 	5 Falafelbällchen  ,1,1a Kürbis-Lauchsoße ^{6,A,K} Gemüse-vollkornreis  ,9	Möhrentopf mit Räuchertofu  ,6	Bunte Bohnenpfanne  Salzkartoffeln 	Kürbistaler Cashewkerne und Sultaninen  ,8,8a,8d Möhre, Bohnen Blumenkohl, Erbsen  ,1,1a,9 Gemüse-couscous 
	<i>kcal: 331,0, Fett: 11,1 g, KH: 44,8 g, EW: 9,4 g</i>	<i>kcal: 247,1, Fett: 7,1 g, KH: 36,8 g, EW: 6,2 g</i>	<i>kcal: 350,1, Fett: 10,7 g, KH: 42,4 g, EW: 9,4 g</i>	<i>kcal: 353,9, Fett: 8,2 g, KH: 47,2 g, EW: 8,3 g</i>	<i>kcal: 333,9, Fett: 18,5 g, KH: 29,9 g, EW: 8,2 g</i>	<i>kcal: 250,1, Fett: 5,9 g, KH: 38,3 g, EW: 8,4 g</i>	<i>kcal: 715,0, Fett: 32,0 g, KH: 81,3 g, EW: 21,7 g</i>

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, 1a = Weizen, 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, 8b = Haselnüsse, 8d = Cashewnüsse, 9 = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, A = mit Antioxidationsmittel, F = mit Farbstoff, K = mit Konservierungsstoff, Ph = mit Phosphat, Su = mit Süßungsmitteln, Su = mit Zuckerart(en) und Süßungsmittel(n)