

Speiseplan

von Montag, 13.01.2025 KW 3
bis Sonntag, 19.01.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü 1	Schweinegulasch  ,10,9,A,K,Ph Spirelli-Nudeln  ,1,1a	Fleischkäse  ,A,K,Ph Thymiansoße zum Braten  ,10 Rahmwirsing  ,6 Salzkartoffeln 	Hähnchenkeule gebraten Geflügelsoße ^{1,1a,3,6} Apfelrotkohl  Salzkartoffeln 	Steckrübenopf mit Geflügel ⁹	Hackfleischroulade  ,1,10,1a Paprikasoße  Reis mit feinen Erbsen 	Weißer Bohnentopf mit Kassler  ,9,A,K,Ph	Rinderhacksteak ^{1,1a,3} Soße zum Braten  Blumenkohl  2 Kartoffelklöße 
	<i>kcal: 438,3, Fett: 10,7 g, KH: 53,2 g, EW: 30,0 g</i>	<i>kcal: 473,4, Fett: 28,9 g, KH: 31,4 g, EW: 19,0 g</i>	<i>kcal: 678,7, Fett: 37,6 g, KH: 42,4 g, EW: 41,1 g</i>	<i>kcal: 215,4, Fett: 7,4 g, KH: 26,4 g, EW: 8,3 g</i>	<i>kcal: 486,2, Fett: 23,0 g, KH: 52,2 g, EW: 15,7 g</i>	<i>kcal: 338,4, Fett: 3,9 g, KH: 43,5 g, EW: 23,1 g</i>	<i>kcal: 473,1, Fett: 20,3 g, KH: 44,7 g, EW: 24,6 g</i>
Menü 2	3 Eierpfannkuchen  ,1,1a,3,7 Vanillesoße  ,7,F	Eierragout mit Blumenkohl, Brokkoli und Möhre  ,3,6 Salzkartoffeln 	Gemüsebolognese  ,9 Vollkornspaghetti- Nudeln  ,1,1a	3 Gemüsebällchen  ,1,1a,6 Kräutersoße  ,6 Blumenkohl, Brokkoli, Möhren  Kartoffelpüree  ,7,A	Gedünsteter Seefisch ⁴ Senfsoße ¹⁰ Möhrengemüse  Kartoffelpüree  ,7,A	3 Hefeklöße mit Kirschfüllung ^{1,1a,K} Vanillesoße  ,7,F	2 Geflügelklößchen ^{1,1a,3,A} Kräutersoße  ,6 Möhrengemüse  Kartoffelpüree  ,7,A
	<i>kcal: 523,2, Fett: 19,2 g, KH: 69,3 g, EW: 16,3 g</i>	<i>kcal: 322,4, Fett: 13,1 g, KH: 24,3 g, EW: 17,3 g</i>	<i>kcal: 359,8, Fett: 11,1 g, KH: 52,2 g, EW: 9,2 g</i>	<i>kcal: 385,5, Fett: 12,1 g, KH: 31,9 g, EW: 22,5 g</i>	<i>kcal: 332,6, Fett: 12,6 g, KH: 28,7 g, EW: 22,3 g</i>	<i>kcal: 577,5, Fett: 12,7 g, KH: 102,4 g, EW: 13,6 g</i>	<i>kcal: 350,5, Fett: 12,6 g, KH: 27,1 g, EW: 19,6 g</i>
Menü 3	Zimtlinsen mit Hokaidokürbis  Gemüse Couscous  ,1,1a,9	Tofuschnitte mit Blattspinat und Mandel  ,6,8,8a,A,F Karottensoße  ,6 Blumenkohl, Brokkoli, Möhren  Vollkornreis 	Mediterranes Gemüse mit Tofu  ,6 Vollkornspaghetti- Nudeln  ,1,1a	Champignonpfanne  ,6 Salzkartoffeln 	Karotten-Lauch Reispfanne  ,9 Karottensoße  ,6 Blumenkohl 	Gemüse Auflauf Griechische Art  ,6,8,8a,A,F Tomatensoße 	Gemüseragout  ,6,9 Ebly-Zartweizen  ,1,1a
	<i>kcal: 629,7, Fett: 32,7 g, KH: 60,9 g, EW: 19,2 g</i>	<i>kcal: 578,3, Fett: 26,0 g, KH: 45,1 g, EW: 25,1 g</i>	<i>kcal: 339,9, Fett: 8,2 g, KH: 49,7 g, EW: 13,0 g</i>	<i>kcal: 221,3, Fett: 7,0 g, KH: 27,0 g, EW: 11,5 g</i>	<i>kcal: 431,7, Fett: 7,5 g, KH: 67,0 g, EW: 10,3 g</i>	<i>kcal: 521,6, Fett: 27,0 g, KH: 52,6 g, EW: 9,8 g</i>	<i>kcal: 291,4, Fett: 2,3 g, KH: 47,9 g, EW: 10,5 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, 3 = Eier und Eierzeugnisse, 4 = Fisch und Fischerzeugnisse, 6 = Soja und Sojaerzeugnisse, 7 = Milch und Milcherzeugnisse einschl. Laktose, 8 = Schalenfrüchte und Erzeugnisse, 8a = Mandel, 9 = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, A = mit Antioxidationsmittel, F = mit Farbstoff, K = mit Konservierungsstoff, Ph = mit Phosphat