

Speiseplan

von Montag, 24.02.2025 KW 9
bis Sonntag, 02.03.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü 1	Schweinegulasch  ,10,9,A,K Spirelli-Nudeln  ,1,1a	Fleischkäse  ,A,K,Ph Thymiansoße zum Braten  ,10 Rahmwirsing  ,6 Salzkartoffeln 	Hähnchenkeule gebraten Geflügelsoße ^{1,1a,3,6} Apfelrotkohl  Salzkartoffeln 	Steckrübenpotp 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	Zimtlinen 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>
Menü 3	Ayurveda Blumenkohl - Brokkoli - Möhrenpfanne  ,6 Ebly-Zartweizen  ,1,1a	Brokkoli - Kohlrabi - Karottentopf mit Tofu  ,6	Ebly-Gemüsepfanne  ,1,1a Karottensoße  ,6 Brokkoli 	Kartoffel - Spinat - Auflauf  ,6,8,8a,A,F Kräutersoße  ,6 Möhren 	Zucchini mit Karotten - Frisch- käsefüllung ⁷  Kräutersoße  ,6 Brokkoli  Vollkornreis 	Wurzelgemüsetopf mit Tofu  ,6,9	2 halbe Fenchelherzen  ,8,8a,A,F Ratatouille  Vollkornspaghetti- Nudeln  ,1,1a
	<i>kcal: 326,0, Fett: 6,4 g, KH: 51,1 g, EW: 11,8 g</i>	<i>kcal: 329,6, Fett: 14,2 g, KH: 34,2 g, EW: 12,3 g</i>	<i>kcal: 511,4, Fett: 10,6 g, KH: 69,0 g, EW: 19,1 g</i>	<i>kcal: 383,0, Fett: 9,2 g, KH: 50,4 g, EW: 8,3 g</i>	<i>kcal: 456,5, Fett: 18,8 g, KH: 40,3 g, EW: 18,2 g</i>	<i>kcal: 174,5, Fett: 5,0 g, KH: 24,2 g, EW: 6,0 g</i>	<i>kcal: 317,0, Fett: 7,5 g, KH: 49,0 g, EW: 10,8 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, 1a = Weizen, 3 = Eier und Eierzeugnisse, 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