

Speiseplan

von Montag, 24.03.2025 KW 13

bis Sonntag, 30.03.2025



| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|---------------|---|--|--|--|---|---|---|
| Menü 1 | Pfannenfrikadelle  ,1,10,1a,3 Soße zum Braten  Rosenkohl  Kartoffelpüree  ,7,A | Bolognese Soße  Spirelli-Nudeln  ,1,1a | 2 gebr. Rindfleisch- bällchen ^{1,1a,3,7} Soße zu Rinder- braten  ,10,A,K grüne Bohnen  Salzkartoffeln  | kleine Grillhaxe  ,Ph Zwiebelsoße  ,A,K Sauerkraut  Kartoffelpüree  ,7,A | Schinkensülze  Remou- ladensoße  ,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: 451,1, Fett: 18,6 g, KH: 40,7 g, EW: 19,7 g</i> | <i>kcal: 424,7, Fett: 18,6 g, KH: 22,8 g, EW: 28,6 g</i> | <i>kcal: 593,0, Fett: 42,7 g, KH: 30,0 g, EW: 19,6 g</i> | <i>kcal: 358,4, Fett: 18,2 g, KH: 27,0 g, EW: 19,5 g</i> | <i>kcal: 438,3, Fett: 18,9 g, KH: 44,1 g, EW: 18,9 g</i> |
| Menü 2 | 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} grüne Erbsen  Gemüsevollkorn- reis  ,9 | Möhrentopf mit Räuchertofu  ,1,1a,6 | Bunte Bohnenpfanne  Salzkartoffeln  | Kürbistaler Cashewkerne und Sultaninen  ,8,8a,8d Möhre, Bohnen Blumenkohl, Erbsen Gemüseous- cous  ,1,1a,9 |
| | <i>kcal: 331,0, Fett: 11,1 g, KH: 44,8 g, EW: 9,4 g</i> | <i>kcal: 247,2, Fett: 7,1 g, KH: 36,8 g, EW: 6,3 g</i> | <i>kcal: 350,1, Fett: 10,7 g, KH: 42,4 g, EW: 9,4 g</i> | <i>kcal: 433,8, Fett: 10,5 g, KH: 55,3 g, EW: 13,0 g</i> | <i>kcal: 345,0, Fett: 19,2 g, KH: 30,2 g, EW: 9,3 g</i> | <i>kcal: 250,5, Fett: 5,9 g, KH: 38,4 g, EW: 8,6 g</i> | <i>kcal: 715,0, Fett: 32,0 g, KH: 81,3 g, EW: 21,7 g</i> |
| Menü 3 | Ebly-Gemüsepfanne mit Hirtenkäse  ,1,11,1a,7,9 Karottensoße  ,6 | Kräutersoße  ,6 Brokkoli mit Mandelblättern  ,8,8a Gemüse- vollkornreis  ,9 | gratinierte Tomaten Tofuschnitte  ,6,8,8a,A,F Kräuter- soße  ,6 Blumen- kohlr  Kräuter- hirse  | Blattspinat in Soße mit Hirtenkäse  ,6,7 Vollkornspaghetti- Nudeln  ,1,1a | 2 Grilltomaten mit Hirtenkäse ⁷ Tomatensoße  Gemüsecouscous  ,1,1a,9 | Gemüseopf mit Vollkornnudeln  ,1,1a,9 | Spinat-Karotten- rösti  ,1,1a,1d,3,7 Blumenkohl, Brokkoli, Möhren in Soße  ,6 Gemüse- vollkornreis  ,9 |
| | <i>kcal: 385,1, Fett: 10,0 g, KH: 43,8 g, EW: 16,2 g</i> | <i>kcal: 277,6, Fett: 8,8 g, KH: 27,8 g, EW: 8,7 g</i> | <i>kcal: 591,7, Fett: 28,7 g, KH: 46,3 g, EW: 23,7 g</i> | <i>kcal: 472,5, Fett: 24,4 g, KH: 43,9 g, EW: 16,3 g</i> | <i>kcal: 430,2, Fett: 13,2 g, KH: 55,6 g, EW: 18,8 g</i> | <i>kcal: 354,9, Fett: 12,7 g, KH: 45,9 g, EW: 9,4 g</i> | <i>kcal: 412,0, Fett: 20,5 g, KH: 42,9 g, EW: 10,1 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, 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)