

Speiseplan

von Montag, 19.05.2025 KW 21

bis Sonntag, 25.05.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü 1	Frischkäse-Schinkensoße  <small>,6,7,A,K,Ph</small> Spaghetti-Nudeln <small>,1,1a</small>	Matjeshappen Hausfrauen Art <small>1,10,1a,3,4,7,F,K,Su</small> Salzkartoffeln 	Putencurry mit Mango ⁶ Gemüsevollkornreis <small>,9</small>	3 Cevapcici – Hackfleisch- röllchen  ³ Mais- Paprikasoße  Tomaten-Reis 	Linsen-Bolognese <small>,9</small> Farfalle-Nudeln  <small>,1,1a</small>	Soljanka  <small>,10,A,K,Ph,Su</small>	Schweinerücken- braten  Zwiebel- soße  <small>,A,K</small> Apfelrotkohl  Kartoffelpüree  <small>,7,A</small>
	<i>kcal: 444,6, Fett: 13,2 g, KH: 56,6 g, EW: 17,9 g</i>	<i>kcal: 429,6, Fett: 28,3 g, KH: 28,4 g, EW: 13,4 g</i>	<i>kcal: 397,9, Fett: 12,3 g, KH: 43,8 g, EW: 26,9 g</i>	<i>kcal: 497,1, Fett: 25,8 g, KH: 45,1 g, EW: 19,5 g</i>	<i>kcal: 510,9, Fett: 18,4 g, KH: 66,9 g, EW: 15,6 g</i>	<i>kcal: 569,5, Fett: 42,2 g, KH: 20,4 g, EW: 26,9 g</i>	<i>kcal: 293,2, Fett: 9,8 g, KH: 24,3 g, EW: 15,8 g</i>
Menü 2	Brokkoli  Chicoree mit Mango  Basmatireis Vollkorn 	Mung Daal Spinat- Kokos  <small>,A,K</small> 2 Fenchelherzen mit Saatkruste  <small>,1,11,1a</small> Bulgur  <small>,1,1a</small>	Afrikanische Zucchini Mais- Auberginen Pfanne  ⁵ Cashew- Spinat  <small>,1,1d,8,8d</small> Basmatireis Vollkorn 	Kartoffel-Lauch Daal  <small>,A,K</small> Wurzelgemüse aus dem Ofen  Ebly-Risotto  <small>,1,1a,F</small>	Rote Linsen Daal Karotte-Koriander  <small>,A,K</small> Schmorgurken mit Dill  ⁶ Masala Kartoffeln mit Wirsing 	Rote Bete Mung Daal  <small>,A,K</small> Gewürz-Vollkorn- Couscous  <small>,1,1a</small>	Basilikumsoße  <small>,8,8d</small> Mediterranes Gemüse  Dinkel-VK- Spaghetti-Pasta 
	<i>kcal: 209,6, Fett: 1,6 g, KH: 37,8 g, EW: 9,0 g</i>	<i>kcal: 365,8, Fett: 16,8 g, KH: 38,8 g, EW: 10,7 g</i>	<i>kcal: 445,2, Fett: 21,5 g, KH: 48,6 g, EW: 12,3 g</i>	<i>kcal: 364,6, Fett: 10,0 g, KH: 55,4 g, EW: 10,1 g</i>	<i>kcal: 385,6, Fett: 21,4 g, KH: 37,9 g, EW: 6,4 g</i>	<i>kcal: 327,6, Fett: 7,4 g, KH: 51,3 g, EW: 2,5 g</i>	<i>kcal: 507,3, Fett: 13,5 g, KH: 79,3 g, EW: 7,4 g</i>
Menü 3	Ayurveda Blumenkohl - Brokkoli - Möhrenpfanne  ⁶ Kräuter-Quinoa  Tofuwürfel, auf Wunsch  <small>,11,6</small>	Kürbis- Spinatpfanne  <small>,8,8d</small> Möhengemüse  Salzkartoffeln 	2 Polenta- medaillons  Brokkoli  Tomaten-Fenchel- Gemüse  <small>,A,S</small> Gemüsevollkorn- reis  ⁹	2 Rote Bete- medaillons  <small>,1,1a</small> Kräutersoße  ⁶ grüne Erbsen  Kräuterhirse 	Kürbis-Süßkartoffel- Topf  ⁹ Tofuwürfel, auf Wunsch  <small>,11,6</small>	Möhren-Hirsotto  ⁵ Tomatensoße 	2 ½ Fenchel- herzen  <small>,8,8a,A,F</small> Mandel-Apfelsoße  <small>,6,8,8a</small> Süßkartoffel- gemüse  Kartoffelecken 
	<i>kcal: 403,5, Fett: 15,5 g, KH: 42,1 g, EW: 20,1 g</i>	<i>kcal: 292,5, Fett: 10,6 g, KH: 40,9 g, EW: 8,2 g</i>	<i>kcal: 440,4, Fett: 13,1 g, KH: 64,9 g, EW: 11,6 g</i>	<i>kcal: 624,0, Fett: 21,2 g, KH: 76,9 g, EW: 15,6 g</i>	<i>kcal: 445,8, Fett: 15,5 g, KH: 52,0 g, EW: 24,1 g</i>	<i>kcal: 613,7, Fett: 23,5 g, KH: 82,6 g, EW: 13,0 g</i>	<i>kcal: 460,0, Fett: 12,5 g, KH: 64,9 g, EW: 9,8 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, 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, 8a = Mandel, 8d = Cashewnüsse, 9 = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, A = mit Antioxidationsmittel, F = mit Farbstoff, K = mit Konservierungsstoff, Ph = mit Phosphat, S = geschwefelt, S = Schwefeldioxide/Sulfite, Su = mit Süßungsmitteln, Su = mit Zuckerart(en) und Süßungsmittel(n)