

Speiseplan

von Montag, 14.07.2025 KW 29
bis Sonntag, 20.07.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü 1	Jägerschnitte 1,10,1a,K,Ph Tomatensoße Spirelli-Nudeln 1,1a	Schweinesteak Paprikasoße grüne Erbsen Vollkornreis	Kalbs-Gemüse- Ragout ^A Spätzle 1,1a,3	Hähnchenschnitte Cordon Bleu 1,1a,7,A,K,Ph Geflügel- soße 1,1a,3,6 grüne Erbsen Salzkartoffeln	Schlemmerfisch Bordelaise 1,1a,4 Kräutersoße 6 Möhrengemüse Kartoffelpüree 7,A,S	Kichererbsentopf m.Süßkartoffeln 9 Mini Landjäger F,K	Putengeschnetzelte s Jäger Art 1,10,1a,3,6 Blumenkohl, Brokkoli, Möhren Kartoffelpüree 7,A,S
	kcal: 621,6, Fett: 30,3 g, KH: 64,1 g, EW: 20,9 g	kcal: 407,2, Fett: 9,1 g, KH: 49,7 g, EW: 27,7 g	kcal: 334,1, Fett: 10,5 g, KH: 36,3 g, EW: 22,1 g	kcal: 544,6, Fett: 21,6 g, KH: 55,6 g, EW: 28,6 g	kcal: 373,9, Fett: 14,8 g, KH: 28,5 g, EW: 18,4 g	kcal: 284,3, Fett: 11,9 g, KH: 26,7 g, EW: 13,4 g	kcal: 264,5, Fett: 6,3 g, KH: 25,4 g, EW: 23,5 g
Menü 2	geb.Kürbis m. Kruste 8,8d Spinat mit Kokosmilch Arabisches Reis m.Rote Linsen 11	Hirse-Linsenköfta geschm.Wirsing mit Räuchertofu 1,11,1a,6,9 Kräuter-Kartoffeln 	Ebly-Weizen Pilaf 1,1a,8,8a,9 Cremiges Zucchini Daal 9,A,K Geb.Drillinge m.Petersilie	VK Cous.-Rote- Linsen- Gemüsesuppe 1,1a,9 Brokkoli gebackener roter Chicoree Sesamdip 11,8,8a,8d	Kurkuma-Daal 9,A,K Blumenkohl mit Kokos-Saaten-Krust 8,8a Basmatireis Vollkorn	Kürbistaler Cashewkerne und Sultaninen 8,8a,8d Karotten- Linsensauce A,K Gewürz-Vollkorn- Couscous 1,1a	Ayur. Sahnelinsen mit Lauchstreifen 1,1d,9 Kräuterpesto Mediterranes Gemüse Dinkel-VK- Spaghetti-Pasta
	kcal: 276,4, Fett: 9,5 g, KH: 35,3 g, EW: 9,9 g	kcal: 453,3, Fett: 20,3 g, KH: 44,0 g, EW: 16,0 g	kcal: 779,0, Fett: 17,8 g, KH: 129,2 g, EW: 21,1 g	kcal: 616,4, Fett: 18,6 g, KH: 73,6 g, EW: 23,8 g	kcal: 590,2, Fett: 16,9 g, KH: 87,2 g, EW: 17,7 g	kcal: 530,8, Fett: 17,3 g, KH: 70,4 g, EW: 10,5 g	kcal: 721,3, Fett: 23,2 g, KH: 83,2 g, EW: 30,0 g
Menü 3	2 gebackene rote Chicoreehälften 8,8a,A,F Mandel- Apfelsoße 6,8,8a Rote Bete Gemüse Gemüse Cous- cous 1,1a,9	Möhren-Erdnus- Pfanne mit Tofu 5,6,8,8d,A,K Brokkoli Kräuterhirse	Möhrentopf, mit Tofu 6 Tofuwürfel, auf Wunsch 11,6	Buchweizen- Bratling 8,8d Kräutersoße mit Gemüsestreifen 6,9 Blumenkohl, Brokkoli, Möhren Salzkartoffeln	Indischer Linsentopf mit Ananas 9	Kürbis- Spinatpfanne 8,8d Vollkornspaghetti- Nudeln 1,1a Räucher Tofuwürfel mariniert 1,11,1a,6	Gemüse Tofuschnitte 11,6,8,8a,9,A,F Kurkuma- Kräutersoße 6 Ofen Kürbis Salzkartoffeln
	kcal: 413,0, Fett: 7,0 g, KH: 58,3 g, EW: 15,0 g	kcal: 499,7, Fett: 17,6 g, KH: 52,6 g, EW: 18,7 g	kcal: 381,9, Fett: 18,3 g, KH: 33,9 g, EW: 15,2 g	kcal: 453,6, Fett: 15,9 g, KH: 50,9 g, EW: 10,2 g	kcal: 411,9, Fett: 24,0 g, KH: 31,3 g, EW: 12,9 g	kcal: 434,0, Fett: 18,2 g, KH: 50,3 g, EW: 17,1 g	kcal: 544,4, Fett: 28,1 g, KH: 35,6 g, EW: 21,0 g

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