

Speiseplan

von Montag, 15.09.2025 KW 38

bis Sonntag, 21.09.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü 1	Rostbratwurst  Soße zum Braten  Bayrischkraut  Kartoffelpüree 	Chili con Carne mit Mais, Kidneybohnen und Paprika Reis 	Puten- geschnetzeltes Brokkoli  Kartoffelpüree 	Hähnchen Gyros ^{1,1a,A} Tzatziki ⁷ Tomaten-Reis  Krautsalat ^{A,Su}	Spanferkelsülze  Remouladensoße  Bratkartoffeln mit Zwiebel 	3 Quarkkeulchen  Sauerkirschsoße 	Kasslerbraten  Soße zum Kasslerbraten  Apfelrotkohl  Kartoffelpüree 
	<i>kcal: 473,2, Fett: 34,8 g, KH: 22,7 g, EW: 15,5 g</i>	<i>kcal: 280,6, Fett: 7,2 g, KH: 41,6 g, EW: 11,4 g</i>	<i>kcal: 291,2, Fett: 12,2 g, KH: 23,8 g, EW: 19,2 g</i>	<i>kcal: 456,4, Fett: 12,3 g, KH: 50,1 g, EW: 33,9 g</i>	<i>kcal: 454,0, Fett: 26,4 g, KH: 32,2 g, EW: 19,1 g</i>	<i>kcal: 486,7, Fett: 14,0 g, KH: 74,4 g, EW: 14,3 g</i>	<i>kcal: 331,0, Fett: 12,5 g, KH: 23,9 g, EW: 19,7 g</i>
Menü 2	geb.Kürbis m. Kruste  Spinat mit Kokosmilch  Arabisches Reis m.Rote Linsen 	Hirse-Linsenköfta  geschm.Wirsing mit Räuchertofu  Kräuter-Kartoffeln 	Ebly-Weizen Pilaf  Cremiges Zucchini Daal  Geb.Drillinge m.Petersilie 	Brokkoli  geb.roter Chicoree Sesamdip 	Kurkuma-Daal  Blumenkohl m.Kokos- SaatenKrust  Basmatireis Vollkorn 	Kürbistaler Cashewkerne und Sultaninen  Karotten- Linsensauce  Gewürz-Vollkorn- Couscous 	Ayur. Sahnelinsen mit Lauchstreifen  Kräuterpesto  Mediterranes Gemüse  Dinkel-VK- 
	<i>kcal: 276,4, Fett: 9,5 g, KH: 35,3 g, EW: 9,9 g</i>	<i>kcal: 453,3, Fett: 20,3 g, KH: 44,0 g, EW: 16,0 g</i>	<i>kcal: 779,0, Fett: 17,8 g, KH: 129,2 g, EW: 21,1 g</i>	<i>kcal: 215,2, Fett: 14,4 g, KH: 10,6 g, EW: 9,2 g</i>	<i>kcal: 590,2, Fett: 16,9 g, KH: 87,2 g, EW: 17,7 g</i>	<i>kcal: 530,8, Fett: 17,3 g, KH: 70,4 g, EW: 10,5 g</i>	<i>kcal: 721,3, Fett: 23,2 g, KH: 83,2 g, EW: 30,0 g</i>
Menü 3	geschmorter Chicoree  Möhrengemüse  Ofen Süßkartoffeln 	Möhren-Erdnuss- Pfanne mit Tofu  Brokkoli  Kräuterhirse 	Möhrentopf, mit Tofu 	Falafelbällchen  Kurkuma- Kräutersoße  Brokkoli  Tomaten-Reis 	Sahnelinsen mit Gemügestreifen  Gemüsecouscous  Tofuwürfel, auf Wunsch 	gratiniertes Spinattörtchen  Kräutersoße  Blumenkohl  Salzkartoffeln 	Gemüse Tofuschnitte  Kurkuma- Kräutersoße  Ofen Kürbis  Vollkornspaghetti- Nudeln 
	<i>kcal: 372,2, Fett: 13,1 g, KH: 53,4 g, EW: 6,6 g</i>	<i>kcal: 499,7, Fett: 17,6 g, KH: 52,6 g, EW: 18,7 g</i>	<i>kcal: 283,3, Fett: 11,7 g, KH: 33,6 g, EW: 6,0 g</i>	<i>kcal: 427,6, Fett: 10,8 g, KH: 54,4 g, EW: 12,2 g</i>	<i>kcal: 587,0, Fett: 23,2 g, KH: 57,5 g, EW: 30,8 g</i>	<i>kcal: 348,4, Fett: 9,0 g, KH: 43,0 g, EW: 9,8 g</i>	<i>kcal: 674,8, Fett: 33,3 g, KH: 52,0 g, EW: 25,0 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, 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 = Schwefeldioxyde/Sulfite, Su = mit Süßungsmitteln, Su = mit Zuckerart(en) und Süßungsmitteln(n)