

Speiseplan

15.08.-19.08.22

Montag:

2 Börekschnecken mit Bulgursalat und Paprika-Dip

Allergieessen: Möhreintopf mit Kartoffeln

Dessert: Fruchtjoghurt

Dienstag:

Spirelli mit Zucchinisauce und Gurkensalat

Allergieessen: Glutenfreie Spaghetti mit Tomatensauce

Dessert: frisches Obst

Mittwoch:

Blumenkohl in holländischer Sauce mit Salzkartoffeln

Allergieessen: Gelbes Mango-Linsen-Curry mit Reis

Dessert: frisches Obst

Donnerstag

2 Süßkartoffeltaschen mit buntem Gemüse und Kräuterquark

Allergieessen: 3 Geflügelbratwürstchen mit Sauerkraut und Kartoffelpüree

Dessert: Gebäck oder Riegel

Freitag

Gekochtes Ei mit Senfsauce dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat

Allergieessen: Pilzragout mit Kartoffelklößen

Dessert: frisches Obst

2 BÖREK- SCHNECKEN (Blätterteiggebäck mit Spinatfüllung) Bulgursalat Paprikadip mit Quark**

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

Glutenhaltiges Getreide und daraus hergest. Erzeug:	Ja
enthält Weizen:	Ja
Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose):	Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	2054,15 kJ
Energie (Kilokalorien):	489,24 kcal
Fett:	21,86 g
davon gesättigte Fettsäuren:	6,82 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	54,12 g
davon Zucker:	8,89 g
Eiweiß (Protein):	16,17 g
Gesamt-Kochsalz:	2,88 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

mit Süßungsmitteln:

Saccharin

mit Antioxidationsmittel:

Ascorbinsäure

DGE-zertifiziert VOLLKORNSPIRELLI mit Zucchini- und Gurkensalat in Joghurtdressing**

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

Glutenhaltiges Getreide und daraus hergest. Erzeug:	Ja
enthält Weizen:	Ja
Eier und Eierzeugnisse:	Ja
Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose):	Ja
Senf und Senferzeugnisse:	Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1090,52 kJ
Energie (Kilokalorien):	261,45 kcal
Fett:	14,67 g
davon gesättigte Fettsäuren:	4,55 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	25,38 g
davon Zucker:	5,00 g
Eiweiß (Protein):	6,21 g
Gesamt-Kochsalz:	4,37 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

DGE-zertifiziert BLUMENKOHL ** in holländischer Sauce Salzkartoffeln

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose): Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	653,70 kJ
Energie (Kilokalorien):	154,62 kcal
Fett:	3,86 g
davon gesättigte Fettsäuren:	2,24 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	22,61 g
davon Zucker:	4,99 g
Eiweiß (Protein):	6,47 g
Gesamt-Kochsalz:	1,93 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

DGE-zertifiziert 2 SÜßKARTOFFEL- TASCHEN (Frischkäsefüllung) buntes Gemüse Kräuterdip mit Quark**

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

Glutenhaltiges Getreide und daraus hergest. Erzeug: Ja

enthält Weizen: Ja

Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose): Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1381,91 kJ
Energie (Kilokalorien):	329,43 kcal
Fett:	12,38 g
davon gesättigte Fettsäuren:	2,97 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	39,25 g
davon Zucker:	11,73 g
Eiweiß (Protein):	11,98 g
Gesamt-Kochsalz:	2,91 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

GEKOCHTES EI in Senfsauce Salzkartoffeln Gurkensalat in Joghurtdressing**

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

Eier und Eierzeugnisse:	Ja
Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose):	Ja
Senf und Senferzeugnisse:	Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1118,40 kJ
Energie (Kilokalorien):	267,82 kcal
Fett:	14,07 g
davon gesättigte Fettsäuren:	3,15 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	23,55 g
davon Zucker:	6,31 g
Eiweiß (Protein):	10,48 g
Gesamt-Kochsalz:	2,19 g

Enthaltene Zusatzstoffe: