

Speiseplan

01.12.25 bis 07.12.25



- Montag -

Pfannkuchen mit Apfelmus^{GL WZ EI MI}

Allergie: Glutenfreie Spaghetti mit Erbsen-Champignon-Sauce dazu Möhren-Kraut-Salat

Dessert: frisches Obst

- Dienstag -



Chili con carne mit Mais und Reis

Veggie: Chili sin carne mit Mais und Reis

Allergie: Chili sin carne mit Mais und Reis

Dessert: Haselnussschnitte

- Mittwoch -

Farfalle mit Tomaten-Rucola-Sauce dazu Eisbergsalat^{GL WZ MI SF SO}

Allergie: Veggie-Bratling mit Blumenkohl und Salzkartoffeln^{SJ}

Dessert: frisches Obst

- Donnerstag -

Hähnchenfrischkäse-Pfanne mit Paprika und Reis^{MI}

Veggie: Veggie-Frischkäse-Pfanne (Pilz & Erbsen) mit Paprika und Reis^{MI}

Allergie: Pilzragout mit Kartoffelpüree und Eisbergsalat^{SF}

Dessert: Clementine

- Freitag -



2 Mini-Reibekuchen mit Erbsen-Möhrengemüse dazu Paprikaquark^{GL HA WZ EI MI}

Allergie: Gemüsesuppe mit Kartoffeln^{SL}

Dessert: Banane

Informationen über Zutaten in unseren Speisen, die Allergien oder Unverträglichkeiten auslösen können, erhalten sie auf Nachfrage bei unserem Küchenservice und im Anhang.

GL=Gluten GE=Gerste HA=Hafer EI=Eier ER=Erdnüsse SL=Sellerie SE=Sesam LU=Lupinen FI=Fische SJ=Soja SC=Schalenfrüchte
SF=Senf WE=Weichtiere WZ=Weizen MI=Milch KR=Krebstiere SO=Schwefeldioxid

Montag: EIERPFANNKUCHEN mit Apfelmus**

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

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

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	2111,00 kJ
Energie (Kilokalorien):	501,00 kcal
Fett:	14,50 g
davon gesättigte Fettsäuren:	4,70 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	78,80 g
davon Zucker:	25,70 g
Eiweiß (Protein):	11,20 g
Gesamt-Kochsalz:	1,40 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

mit Antioxidationsmittel:

Ascorbinsäure

mit Backtriebmittel:

Natriumcarbonate

Montag: glutenfreie SPAGHETTI Veggie-Milanesesauce (mit Erbsen-Champignons) Möhren-Kraut-Salat**

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	2359,48 kJ
Energie (Kilokalorien):	558,62 kcal
Fett:	11,28 g
davon gesättigte Fettsäuren:	1,23 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	100,22 g
davon Zucker:	18,24 g
Eiweiß (Protein):	12,60 g
Gesamt-Kochsalz:	4,16 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

Dienstag: CHILI CON CARNE* (Tomatensauce mit Rinderhackfleisch, Kidneybohnen und Paprika) Mais Reis

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1570,16 kJ
Energie (Kilokalorien):	374,37 kcal
Fett:	14,98 g
davon gesättigte Fettsäuren:	6,89 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	45,51 g
davon Zucker:	5,10 g
Eiweiß (Protein):	11,85 g
Gesamt-Kochsalz:	2,42 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

mit Farbstoffen:
Zuckercouleur
mit Antioxidationsmittel:
Ascorbinsäure

Dienstag: CHILI SIN CARNE (Sonnenblumenbasis) Mais Reis**

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1124,96 kJ
Energie (Kilokalorien):	266,32 kcal
Fett:	3,12 g
davon gesättigte Fettsäuren:	556,20 mg
Kohlenhydrate, resorbierbar:	46,19 g
davon Zucker:	6,56 g
Eiweiß (Protein):	10,45 g
Gesamt-Kochsalz:	1,76 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

mit Farbstoffen:
Zuckercouleur
mit Antioxidationsmittel:
Ascorbinsäure

Dienstag: CHILI SIN CARNE (Sonnenblumen-Basis) Mais Reis**

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1765,72 kJ
Energie (Kilokalorien):	418,45 kcal
Fett:	7,46 g
davon gesättigte Fettsäuren:	1,08 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	65,64 g
davon Zucker:	11,52 g
Eiweiß (Protein):	17,49 g
Gesamt-Kochsalz:	3,00 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

mit Farbstoffen:
Zuckercouleur
mit Antioxidationsmittel:
Ascorbinsäure

Mittwoch: FARFALLE (Nudeln in Schleifenform) Tomaten-Rucola-Sauce Eisbergsalat mit italienischem Dressing**

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
Senf und Senferzeugnisse:	Ja
Schwefeldioxid und Sulfite (>10mg/kg):	Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1018,95 kJ
Energie (Kilokalorien):	243,18 kcal
Fett:	11,39 g
davon gesättigte Fettsäuren:	1,45 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	30,28 g
davon Zucker:	5,45 g
Eiweiß (Protein):	5,35 g
Gesamt-Kochsalz:	1,44 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

Mittwoch: VEGGIE-BRATLING (Quinoa-Erbse) Blumenkohl in Sauce Salzkartoffeln**

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

Soja und Sojaerzeugnisse:	Ja
---------------------------	----

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1630,42 kJ
Energie (Kilokalorien):	388,22 kcal
Fett:	10,38 g
davon gesättigte Fettsäuren:	941,69 mg
Kohlenhydrate, resorbierbar:	55,67 g
davon Zucker:	7,69 g
Eiweiß (Protein):	15,40 g
Gesamt-Kochsalz:	3,56 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

Donnerstag: HÄHNCHEN- FRISCHKÄSE-PFANNE* mit Paprika Reis

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose):	Ja
---	----

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1132,54 kJ
Energie (Kilokalorien):	268,73 kcal
Fett:	9,03 g
davon gesättigte Fettsäuren:	5,20 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	31,79 g
davon Zucker:	3,08 g
Eiweiß (Protein):	14,56 g
Gesamt-Kochsalz:	1,35 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

Donnerstag: VEGGIE-FRISCHKÄSE- PFANNE (Pilz- u. Erbsenproteinbasis) mit Paprika Reis****Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose): Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1142,36 kJ
Energie (Kilokalorien):	271,87 kcal
Fett:	10,17 g
davon gesättigte Fettsäuren:	5,68 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	32,09 g
davon Zucker:	3,10 g
Eiweiß (Protein):	11,19 g
Gesamt-Kochsalz:	1,10 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

mit Konservierungsstoffen:
Natriumacetat

Donnerstag: PILZRAGOUT Kartoffelpüree Eisbergsalat mit italienischem Dressing****Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

Senf und Senferzeugnisse: Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1598,51 kJ
Energie (Kilokalorien):	365,56 kcal
Fett:	20,26 g
davon gesättigte Fettsäuren:	1,97 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	36,97 g
davon Zucker:	6,58 g
Eiweiß (Protein):	8,10 g
Gesamt-Kochsalz:	5,20 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

mit Farbstoffen:
Zuckercouleur

Freitag: 2 MINI-REIBEKUCHEN Erbsen-Möhrengemüse Paprikadip mit Quark****Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

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

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1149,21 kJ
Energie (Kilokalorien):	273,67 kcal
Fett:	11,12 g
davon gesättigte Fettsäuren:	1,69 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	31,15 g
davon Zucker:	9,95 g
Eiweiß (Protein):	9,48 g
Gesamt-Kochsalz:	2,38 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

Freitag: GEMÜSESUPPPE mit Kartoffel zubereitet (u.a. Möhren, Kohlrabi, Erbsen)**

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

Sellerie und Sellerieerzeugnisse:	Ja
--	-----------

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	895,51 kJ
Energie (Kilokalorien):	213,73 kcal
Fett:	6,05 g
davon gesättigte Fettsäuren:	695,73 mg
Kohlenhydrate, resorbierbar:	28,78 g
davon Zucker:	11,22 g
Eiweiß (Protein):	8,21 g
Gesamt-Kochsalz:	4,70 g

Enthaltene Zusatzstoffe: