

Speiseplan

12.01.25 bis 18.01.25



- Montag -

Vollkornspaghetti mit Veggie-Bolognese (Sonnenblumenbasis) mit Eisbergsalat^{GL WZ SF}

Allergie: Glutenfreie Spaghetti mit Veggie-Bolognese (Sonnenblumenbasis) mit Eisbergsalat

Dessert: frisches Obst



- Dienstag -

2 Cevapcici (Geflügel) mit Tomatensauce dazu Reis und Krautsalat^{GL WZ EI MI SF}

Veggie: 4 Soja-Bällchen mit Tomatensauce dazu Reis und Krautsalat^{SJ}

Allergie: Quinoa-Bratling mit Erbsen und Kartoffelpüree

Dessert: Gebäck oder Riegel

- Mittwoch -

2 Geflügelbratwürstchen mit Lauchgemüse und Kartoffelpüree^{MI}

Veggie: Gemüsefrikadelle mit Lauchgemüse und Kartoffelpüree^{GL WZ EI MI}

Allergie: Veggie-Frikadelle (Soja) mit Lauchgemüse und Kartoffelpüree

Dessert: Fruchtjoghurtbecher



- Donnerstag -

Chili con Carne (Rind) mit Mais und Reis^{SO}

Veggie: Nudeln mit Tomaten-Spinat-Sauce dazu Eisbergsalat^{GL WZ EI MI SF}

Allergie: Süßkartoffeleintopf

Dessert: frisches Obst

- Freitag -

Spaghetti mit Florentiner Sauce dazu Blattsalat^{GL WZ EI MI SF}

Allergie: 6 Veggie Bällchen mit warmen Kartoffelsalat und frischem Gurkensalat

Dessert: frisches Obst

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=Schweifeldioxid

Montag: VOLLKORN- SPAGHETTI Veggie-Bolognese (Sonnenblumenbasis) Eisbergsalat mit italienischem Dressing (Essig-Öl-Dressing mit Kräutern)**

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

Glutenhaltiges Getreide und daraus hergest. Erzeug:	Ja
enthält Weizen:	Ja
Senf und Senferzeugnisse:	Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	734,72 kJ
Energie (Kilokalorien):	174,80 kcal
Fett:	5,10 g
davon gesättigte Fettsäuren:	476,57 mg
Kohlenhydrate, resorbierbar:	26,05 g
davon Zucker:	3,98 g
Eiweiß (Protein):	6,07 g
Gesamt-Kochsalz:	1,61 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

Dienstag: 2 CEVAPCICI* (Geflügel-Hackröllchen) Tomatensauce Reis Krautsalat

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
Senf und Senferzeugnisse:	Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1469,32 kJ
Energie (Kilokalorien):	350,25 kcal
Fett:	12,83 g
davon gesättigte Fettsäuren:	3,67 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	44,44 g
davon Zucker:	6,50 g
Eiweiß (Protein):	13,15 g
Gesamt-Kochsalz:	3,33 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

Dienstag: DGE-zertifiziert 4 SOJABÄLLCHEN in Tomatensauce Reis Krautsalat**

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

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

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1202,60 kJ
Energie (Kilokalorien):	285,13 kcal
Fett:	4,66 g
davon gesättigte Fettsäuren:	874,42 mg
Kohlenhydrate, resorbierbar:	45,08 g
davon Zucker:	6,51 g
Eiweiß (Protein):	13,28 g
Gesamt-Kochsalz:	2,91 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

Mittwoch: 2 GEFLÜGEL- BRATWÜRSTCHEN* Lauchgemüse in Rahm Kartoffelpüree aus frischen Kartoffeln

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose): Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	963,58 kJ
Energie (Kilokalorien):	230,05 kcal
Fett:	9,93 g
davon gesättigte Fettsäuren:	3,08 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	20,53 g
davon Zucker:	5,08 g
Eiweiß (Protein):	13,81 g
Gesamt-Kochsalz:	2,25 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

mit Antioxidationsmittel:

Rosmarinextrakt

Mittwoch: GEMÜSEFRIKADELLE (u.a. Möhren, Erbsen, Mais) Lauchgemüse in Rahm Kartoffelpüree aus frischen Kartoffeln**

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):	1006,83 kJ
Energie (Kilokalorien):	240,30 kcal
Fett:	8,45 g
davon gesättigte Fettsäuren:	2,18 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	30,53 g
davon Zucker:	9,08 g
Eiweiß (Protein):	8,41 g
Gesamt-Kochsalz:	2,41 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

Donnerstag: DGE-zertifiziert SERPENTINI (gedrehte Röhrennudeln) Tomaten-Spinat-Sauce Eisbergsalat mit Joghurtdressing**

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
Senf und Senferzeugnisse:	Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	717,96 kJ
Energie (Kilokalorien):	169,83 kcal
Fett:	6,19 g
davon gesättigte Fettsäuren:	1,30 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	44,82 g
davon Zucker:	5,27 g
Eiweiß (Protein):	8,01 g
Gesamt-Kochsalz:	1,68 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

mit Süßungsmitteln:

Saccharin

mit Farbstoffen:

Beta-Carotin

mit Antioxidationsmittel:

Calcium-Dinatrium-EDTA

Donnerstag: CHILI CON CARNE* (Rindfleisch) Mais Reis

Enthaltene Zusatzstoffe:

Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:

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

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1542,18 kJ
Energie (Kilokalorien):	366,19 kcal
Fett:	8,57 g
davon gesättigte Fettsäuren:	2,64 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	49,75 g
davon Zucker:	7,31 g
Eiweiß (Protein):	21,96 g
Gesamt-Kochsalz:	1,95 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

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
Senf und Senferzeugnisse:	Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1469,52 kJ
Energie (Kilokalorien):	351,37 kcal
Fett:	18,32 g
davon gesättigte Fettsäuren:	5,01 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	41,50 g
davon Zucker:	3,59 g
Eiweiß (Protein):	8,86 g
Gesamt-Kochsalz:	1,51 g

Enthaltene Zusatzstoffe: