

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=Schwefeldioxid

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 Eierzeugnisse: | 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- BRATWÜSTCHEN* 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 Eierzeugnisse: 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 Eierzeugnisse: | 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:

Freitag: SPAGHETTI** Florentiner Sauce gemischter Blattsalat mit Cocktaildressing

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): | 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: