

Speisekarte

Speiseplan vom 22.07.2024 bis 28.07.2024 30. KW

| | Menü 1 Vollkost | NW | Menü 2 leichte Vollkost | NW | Menü 3 Vegetarisch | NW | Dessert | NW |
|--|--|--|--|--|---|--|----------------------------------|---|
| Montag 22.07.2024 | Pasta ^{a,a1,c} Bolognese ⁱ Reibekäse ^g | 1808 kJ, 431 kcal, 17,80g Fett, 8,02g ges. FS, 40,37g KH, 5,02g Zucker, 25,68g Eiweiß, 0,35g Salz | Gebratene Hähnchenbrust, Kräutersauce ^g Zucchini-gemüse ^g Kartoffelpüree ^{1,3,5,g,l} | 1628 kJ, 391 kcal, 19,37g Fett, 4,43g ges. FS, 19,75g KH, 3,50g Zucker, 23,05g Eiweiß, 1,61g Salz | Schupfnudel-Gemüsepfanne ^{a,a1,c,g} | 1227 kJ, 291 kcal, 6,12g Fett, 3,21g ges. FS, 47,35g KH, 8,16g Zucker, 8,51g Eiweiß, 2,02g Salz | Kompott | 129 kJ, 30 kcal, 0,08g Fett, 0,08g ges. FS, 6,4g KH, 6,4g Zucker, 0,32g Eiweiß, 0g Salz |
| Dienstag 23.07.2024 | Grüner Bohneneintopf mit Rindfleisch ^{2,a,a1,f,i} | 584 kJ, 140 kcal, 3,2g Fett, 1,2g ges. FS, 17,2g KH, 2g Zucker, 8,4g Eiweiß, 4g Salz | Eieromelett ^{c,g} Blattspinat ^g Kartoffeln ^{3,5,1} | 1521 kJ, 364 kcal, 17,14g Fett, 7,54g ges. FS, 25,76g KH, 2,83g Zucker, 23,28g Eiweiß, 2,71g Salz | | | Joghurtspeise ^g | 546 kJ, 129 kcal, 3,5g Fett, 2,3g ges. FS, 20,9g KH, 19,76g Zucker, 3,51g Eiweiß, 0,14g Salz |
| Mittwoch 24.07.2024 | Kartoffelsalat ^{1,2,3,4,a,a1,j} Bockwurst ^{2,3,8} | 1843 kJ, 443 kcal, 29,04g Fett, 11,38g ges. FS, 22,98g KH, 1,23g Zucker, 19,18g Eiweiß, 5,00g Salz | Hühner-Nudel-Topf ^{a,a1,c,i} | 1168 kJ, 280 kcal, 7,26g Fett, 2,08g ges. FS, 29,72g KH, 3,89g Zucker, 22,12g Eiweiß, 4,37g Salz | Kaiserschmarrn ^{a,a1,c,g} Apfelkompott ³ | 2904 kJ, 690 kcal, 20,08g Fett, 6,08g ges. FS, 102,9g KH, 45,6g Zucker, 22,58g Eiweiß, 1,88g Salz | Fruchtquark ^g | 557 kJ, 133 kcal, 2,3g Fett, 1,48g ges. FS, 14,18g KH, 14,06g Zucker, 10,28g Eiweiß, 0,05g Salz |
| Donnerstag 25.07.2024 | Schweinegyros, Zatziki ^g Kartoffel Wedges ^{a,a1} Krautsalat ³ | 2485 kJ, 595 kcal, 35,31g Fett, 6,41g ges. FS, 38,9g KH, 12,62g Zucker, 28,49g Eiweiß, 2,92g Salz | Putenbraten, Bratensauce ^{a,a1,a3} Möhren ^g Kartoffeln ^{3,5,1} | 1568 kJ, 373 kcal, 11,76g Fett, 5,75g ges. FS, 34,66g KH, 8,04g Zucker, 29,13g Eiweiß, 4,07g Salz | Blumenkohl Käse Medaillons ^{a,a1,g} Kräutersauce ^g Möhren ^g Kartoffeln ^{3,5,1} | 2105 kJ, 502 kcal, 25,88g Fett, 5,57g ges. FS, 52,43g KH, 10,33g Zucker, 10,44g Eiweiß, 2,16g Salz | Pudding ^{1-g} | 367 kJ, 87 kcal, 1,39g Fett, 0,9g ges. FS, 15,43g KH, 9,41g Zucker, 3,09g Eiweiß, 0,13g Salz |
| Freitag 26.07.2024 | Fischfilet in Backteig ^{a,a1,c,d,j} Kräutersauce ^g buntes Gemüse, Kartoffeln ^{3,5,1} | 1575 kJ, 375 kcal, 12,25g Fett, 1,30g ges. FS, 43,64g KH, 4,92g Zucker, 18,78g Eiweiß, 2,68g Salz | gekochte Eier in Kräutersauce ^{c,g,i} Brokkoli, Kartoffeln ^{3,5,1} | 1175 kJ, 279 kcal, 12,11g Fett, 4,66g ges. FS, 23,14g KH, 6,15g Zucker, 17,93g Eiweiß, 2,73g Salz | | | Milchreis ^g | 507 kJ, 120 kcal, 3,65g Fett, 2,21g ges. FS, 17,8g KH, 9,92g Zucker, 4g Eiweiß, 0,43g Salz |
| Samstag 27.07.2024 | Kasseler ^{2,3,8} Bratensauce ^{a,a1,a3} Sauerkraut, Kartoffelpüree ^{1,3,5,g,l} | 2006 kJ, 481 kcal, 25,94g Fett, 10,08g ges. FS, 34,52g KH, 8,17g Zucker, 24,57g Eiweiß, 7,01g Salz | Putengeschnetzeltes ^{g,i} Basmatireis, buntes Gemüse | 1788 kJ, 425 kcal, 13,35g Fett, 4,74g ges. FS, 47,39g KH, 5,58g Zucker, 26,42g Eiweiß, 3,34g Salz | Allergene und Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff/en, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = geschwefelt, 8 = mit Phosphat/en, a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a3 = Gerste, c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, f = Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g = Milch daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, l = Schwefeldioxid und Sulfite > 10 mg/kg oder 10mg/l | | Götterspeise ¹ | 725 kJ, 171 kcal, 0g Fett, 0g ges. FS, 40,93g KH, 40,87g Zucker, 1,47g Eiweiß, 0,01g Salz |
| Sonntag 28.07.2024 | Rinderroulade ^{2,3,8,j} Bratensauce ^{a,a1,a3} Rotkohl, Kartoffeln ^{3,5,1} | 1750 kJ, 419 kcal, 16,46g Fett, 6,52g ges. FS, 37,70g KH, 10,02g Zucker, 27,58g Eiweiß, 5,49g Salz | Kräuterbraten vom Schwein, Bratensauce, Möhren ^g Kartoffelpüree ^g | 1699 kJ, 405 kcal, 24,04g Fett, 10,35g ges. FS, 19,40g KH, 7,41g Zucker, 26,73g Eiweiß, 3,27g Salz | | | Buttermilch-Dessert ^g | 494 kJ, 117 kcal, 4,1g Fett, 2,8g ges. FS, 15,9g KH, 15,6g Zucker, 3,7g Eiweiß, 0,2g Salz |