

# Speisekarte

Speiseplan vom 29.07.2024 bis 04.08.2024 31. KW

	Menü 1 Vollkost	NW	Menü 2 leichte Vollkost	NW	Menü 3 Vegetarisch	NW	Dessert	NW
<b>Montag</b> <b>29.07.2024</b>	Hirtenrolle, <sup>a,a1,g,j</sup> Knoblauchsauce, <sup>g</sup> Balkangemüse, <sup>g</sup> Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>	2321 kJ, 557 kcal, 33,1g Fett, 13,95g ges. FS, 36,64g KH, 11,37g Zucker, 24,65g Eiweiß, 2,77g Salz	Pasta Carbonara <sup>2,3,8,a,a1,c,g,i</sup>	1530 kJ, 365 kcal, 17,20g Fett, 7,47g ges. FS, 39,77g KH, 5,74g Zucker, 11,81g Eiweiß, 1,80g Salz	Kaiserschmarrn, <sup>a,a1,c,g</sup> Vanillesauce <sup>1-g</sup>	3040 kJ, 723 kcal, 21,82g Fett, 7,1g ges. FS, 105,53g KH, 46,45g Zucker, 24,16g Eiweiß, 1,95g Salz	Kompott	129 kJ, 30 kcal, 0,08g Fett, 0,08g ges. FS, 6,4g KH, 6,4g Zucker, 0,32g Eiweiß, 0g Salz
<b>Dienstag</b> <b>30.07.2024</b>	Hähnchen Knusperschnitzel, <sup>a,a1</sup> Pilzrahmsauce, <sup>g</sup> Erbsengemüse, <sup>g</sup> Kartoffelpüree <sup>1,3,5,g,l</sup>	1671 kJ, 396 kcal, 7,97g Fett, 4g ges. FS, 42,86g KH, 5,83g Zucker, 34,45g Eiweiß, 2,96g Salz	fruchtiges Putencurry, <sup>g,i</sup> Brokkoli, Reis	1734 kJ, 412 kcal, 12,51g Fett, 5,56g ges. FS, 45,34g KH, 13,22g Zucker, 28,37g Eiweiß, 3,35g Salz	Sellerie Knusper Schnitzel, <sup>a,a1,i</sup> Pilzrahmsauce, <sup>g</sup> Erbsengemüse, <sup>g</sup> Kartoffelpüree <sup>1,3,5,g,l</sup>	2042 kJ, 490 kcal, 23,82g Fett, 4,70g ges. FS, 47,76g KH, 7,76g Zucker, 13,45g Eiweiß, 3,31g Salz	Joghurtspeise <sup>g</sup>	546 kJ, 129 kcal, 3,5g Fett, 2,3g ges. FS, 20,9g KH, 19,76g Zucker, 3,51g Eiweiß, 0,14g Salz
<b>Mittwoch</b> <b>31.07.2024</b>	Currywurst mit Kartoffelsalat <sup>c,g,i,j</sup>	2934 kJ, 704 kcal, 46g Fett, 12,6g ges. FS, 48g KH, 25,6g Zucker, 22g Eiweiß, 6,4g Salz	Putensteak, helle Sauce, <sup>g</sup> Möhren, <sup>g</sup> Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>	1320 kJ, 313 kcal, 7,96g Fett, 2,54g ges. FS, 23,71g KH, 6,75g Zucker, 31,81g Eiweiß, 1,72g Salz	überbackene Zucchini, <sup>1,a,a1,c,g</sup> helle Sauce, <sup>g</sup> Möhren, <sup>g</sup> Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>	994 kJ, 236 kcal, 6,70g Fett, 3,16g ges. FS, 32,01g KH, 13,09g Zucker, 8,07g Eiweiß, 1,70g Salz	Fruchtquark <sup>g</sup>	557 kJ, 133 kcal, 2,3g Fett, 1,48g ges. FS, 14,18g KH, 14,06g Zucker, 10,28g Eiweiß, 0,05g Salz
<b>Donnerstag</b> <b>01.08.2024</b>	Pizza Salami/Margaritha <sup>1,2,3,a,a1,g</sup>	1925 kJ, 462 kcal, 21,60g Fett, 8,78g ges. FS, 45,02g KH, 2,86g Zucker, 19,43g Eiweiß, 3,04g Salz	Gebrautes Schweinefilet, Bratensauce, <sup>a,a1,a3</sup> buntes Gemüse, Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>	1527 kJ, 365 kcal, 9,99g Fett, 3,53g ges. FS, 33,99g KH, 5,71g Zucker, 31,00g Eiweiß, 4,59g Salz			pudding <sup>1-g</sup>	367 kJ, 87 kcal, 1,39g Fett, 0,9g ges. FS, 15,43g KH, 9,41g Zucker, 3,09g Eiweiß, 0,13g Salz
<b>Freitag</b> <b>02.08.2024</b>	gebratenes Fischfilet, <sup>a,a1,d</sup> Dill-Soße, <sup>a,a1,g</sup> Blattspinat, <sup>g</sup> Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>	2991 kJ, 727 kcal, 50,15g Fett, 8,01g ges. FS, 42,68g KH, 5,26g Zucker, 19,78g Eiweiß, 4,03g Salz	Eieromelett, <sup>c,g</sup> Dill-Soße, <sup>a,a1,g</sup> Wurzelgemüse, <sup>g,i</sup> Kartoffelpüree <sup>1,3,5,g,l</sup>	1989 kJ, 485 kcal, 24,84g Fett, 12,82g ges. FS, 35,54g KH, 9,98g Zucker, 23,24g Eiweiß, 4,71g Salz			Milchreis <sup>g</sup>	507 kJ, 120 kcal, 3,65g Fett, 2,21g ges. FS, 17,8g KH, 9,92g Zucker, 4g Eiweiß, 0,43g Salz
<b>Samstag</b> <b>03.08.2024</b>	Steak au four, <sup>1,a,a1,g,j</sup> Bratensauce, <sup>a,a1,a3</sup> Frühlingsgemüse, <sup>g,i</sup> Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>	2759 kJ, 661 kcal, 37,84g Fett, 20,01g ges. FS, 42,78g KH, 8,85g Zucker, 34,26g Eiweiß, 5,63g Salz	Kartoffeleintopf mit Würstchen <sup>1,2,3,8,g,i,l</sup>	1224 kJ, 312 kcal, 10,65g Fett, 3,37g ges. FS, 32,25g KH, 4,76g Zucker, 10,91g Eiweiß, 4,51g Salz	Allergene und Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff/en, 11 = mit Zuckerart/en und Süßungsmittel/n, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 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, 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 <sup>1</sup>	725 kJ, 171 kcal, 0g Fett, 0g ges. FS, 40,93g KH, 40,87g Zucker, 1,47g Eiweiß, 0,01g Salz
<b>Sonntag</b> <b>04.08.2024</b>	Gekochter Tafelspitz, <sup>i</sup> Apfelrotkohl, <sup>11,3</sup> Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>	1633 kJ, 388 kcal, 11,23g Fett, 4,91g ges. FS, 38,45g KH, 19,02g Zucker, 28,47g Eiweiß, 6,34g Salz	Putenrollbraten, Bratensauce, <sup>a,a1,a3</sup> Blumenkohlgemüse, <sup>g</sup> Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>	1493 kJ, 355 kcal, 7,23g Fett, 4,18g ges. FS, 32,83g KH, 5,92g Zucker, 34,51g Eiweiß, 4,52g Salz				