

# Speisekarte

Speiseplan vom 27.01.2025 bis 02.02.2025 5. KW

|  | Menü 1 Vollkost  | NW   | Menü 2 leichte Vollkost   | NW  | Menü 3 Vegetarisch  | NW   | Dessert                          | NW  |
|--|--|--|---|---|---|--|----------------------------------|---|
| <b>Montag</b><br><b>27.01.2025</b>     | Schweinshaxe, <sup>8</sup><br>Bratensauce, <sup>a,a1,a3</sup><br>Sauerkraut,<br>Kartoffelpüree <sup>1,3,5,g,l</sup>                  | 1784 kJ, 426 kcal,<br>17,54g Fett,<br>6,84g ges. FS,<br>35,84g KH,<br>7,45g Zucker,<br>28,17g Eiweiß,<br>6,53g Salz  | Hähnchengeschnetzeltes, <sup>g,i</sup><br>Brokkoli,<br>Kartoffelpüree <sup>1,3,5,g,l</sup>                          | 1212 kJ, 287 kcal,<br>8,15g Fett,<br>3,51g ges. FS,<br>23,89g KH,<br>4,82g Zucker,<br>28,79g Eiweiß,<br>1,61g Salz  | Gemüselasagne <sup>a,a1,g,i</sup>   | 1700 kJ, 406 kcal,<br>13,86g Fett,<br>2,97g ges. FS,<br>56,1g KH,<br>12,54g Zucker,<br>11,55g Eiweiß,<br>2,08g Salz  | Kompott                          | 129 kJ, 30 kcal,<br>0,08g Fett,<br>0,08g ges. FS,<br>6,4g KH,<br>6,4g Zucker,<br>0,32g Eiweiß,<br>0g Salz         |
| <b>Dienstag</b><br><b>28.01.2025</b>   | Kohlroulade, <sup>a,a1</sup><br>Bratensauce, <sup>a,a1,a3</sup><br>Kartoffelpüree <sup>1,3,5,g,l</sup>                               | 2368 kJ, 569 kcal,<br>35,37g Fett,<br>15,20g ges. FS,<br>39,07g KH,<br>9,29g Zucker,<br>20,18g Eiweiß,<br>5,36g Salz | Steckrüben-Karotteneintopf mit<br>Würstchen <sup>2,3,8,g,i,l</sup>  | 1296 kJ, 312 kcal,<br>19,62g Fett,<br>8,40g ges. FS,<br>20,58g KH,<br>9,51g Zucker,<br>10,49g Eiweiß,<br>2,65g Salz | Eierpfannkuchen natur, <sup>a,a1,c,g</sup><br>Vanillesauce <sup>1,g</sup>   | 1786 kJ, 424 kcal,<br>10,33g Fett,<br>3,65g ges. FS,<br>66,22g KH,<br>27,51g Zucker,<br>14,49g Eiweiß,<br>1,15g Salz | Joghurtspeise <sup>g</sup>       | 546 kJ, 129 kcal,<br>3,5g Fett,<br>2,3g ges. FS,<br>20,9g KH,<br>19,76g Zucker,<br>3,51g Eiweiß,<br>0,14g Salz    |
| <b>Mittwoch</b><br><b>29.01.2025</b>   | Grünkohl mit PINKEL und<br>Rauchwurst, <sup>2,3,a,a4,j</sup><br>Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>  | 1517 kJ, 362 kcal,<br>16,45g Fett,<br>6,16g ges. FS,<br>26,69g KH,<br>3,12g Zucker,<br>21,97g Eiweiß,<br>4,55g Salz  | Gebratene Hähnchenbrust,<br>Kräutersauce, <sup>g</sup><br>Kaisergemüse, <sup>g</sup><br>Kartoffeln <sup>3,5,1</sup> | 1824 kJ, 435 kcal,<br>19,92g Fett,<br>4,17g ges. FS,<br>22,94g KH,<br>4,59g Zucker,<br>38,82g Eiweiß,<br>2,11g Salz | Karotten-Sesam<br>Knusperschnitzel, <sup>a,a1,c,i,k</sup><br>Kräutersauce, <sup>g</sup><br>Grüne Bohnen, <sup>g</sup><br>Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>  | 1786 kJ, 429 kcal,<br>26,69g Fett,<br>3,00g ges. FS,<br>36,50g KH,<br>7,62g Zucker,<br>6,87g Eiweiß,<br>1,59g Salz   | Fruchtquark <sup>g</sup>         | 557 kJ, 133 kcal,<br>2,3g Fett,<br>1,48g ges. FS,<br>14,18g KH,<br>14,06g Zucker,<br>10,28g Eiweiß,<br>0,05g Salz |
| <b>Donnerstag</b><br><b>30.01.2025</b> | Gulasch (Schwein),<br>Pasta, <sup>a,a1,c</sup><br>Leipziger Allerlei <sup>g</sup>  | 1940 kJ, 462 kcal,<br>12,92g Fett,<br>5,19g ges. FS,<br>49,54g KH,<br>10,02g Zucker,<br>32,67g Eiweiß,<br>2,18g Salz | Pasta, <sup>a,a1,c</sup><br>Tomatensauce, <sup>1,g,l</sup><br>Reibekäse <sup>g</sup>                                | 1149 kJ, 273 kcal,<br>7,23g Fett,<br>4,45g ges. FS,<br>40,11g KH,<br>6,10g Zucker,<br>10,27g Eiweiß,<br>0,32g Salz  |   |  | pudding <sup>1,g</sup>           | 367 kJ, 87 kcal,<br>1,39g Fett,<br>0,9g ges. FS,<br>15,43g KH,<br>9,41g Zucker,<br>3,09g Eiweiß,<br>0,13g Salz    |
| <b>Freitag</b><br><b>31.01.2025</b>    | gedämpftes Fischfilet, <sup>d</sup><br>Kräutersauce, <sup>g</sup><br>Leipziger Allerlei, <sup>g</sup><br>Kartoffeln <sup>3,5,1</sup> | 1147 kJ, 273 kcal,<br>4,15g Fett,<br>2,22g ges. FS,<br>27,53g KH,<br>5,83g Zucker,<br>27,33g Eiweiß,<br>2,13g Salz   | Rührei, <sup>c</sup><br>Kräutersauce, <sup>g</sup><br>Möhren, <sup>g</sup><br>Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>           | 1704 kJ, 406 kcal,<br>22,98g Fett,<br>7,23g ges. FS,<br>24,54g KH,<br>7,00g Zucker,<br>22,80g Eiweiß,<br>3,16g Salz |   |  | Milchreis <sup>g</sup>           | 515 kJ, 122 kcal,<br>3,76g Fett,<br>2,28g ges. FS,<br>17,95g KH,<br>10,07g Zucker,<br>4,10g Eiweiß,<br>0,43g Salz |
| <b>Samstag</b><br><b>01.02.2025</b>    | Dicke Bohneneintopf mit<br>Kasseler <sup>2,3,8</sup>   | 884 kJ, 212 kcal,<br>6,97g Fett,<br>2,02g ges. FS,<br>18,53g KH,<br>2,75g Zucker,<br>16,83g Eiweiß,<br>3,68g Salz    | Karotteneintopf mit<br>Rindfleisch <sup>3,5,g,i,l</sup>   | 902 kJ, 215 kcal,<br>6,18g Fett,<br>2,33g ges. FS,<br>22,27g KH,<br>7,49g Zucker,<br>14,29g Eiweiß,<br>2,47g Salz   | Allergene und Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff/en,<br>2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel,<br>5 = geschwefelt, 8 = mit Phosphat/en,<br>a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a3 = Gerste, a4 = Hafer,<br>c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse,<br>d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse,<br>g = Milch daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse,<br>j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse,<br>k = Sesam und daraus gewonnene Erzeugnisse,<br>l = Schwefeldioxid und Sulfite > 10 mg/kg oder 10mg/l |  | Götterspeise <sup>1</sup>        | 690 kJ, 162 kcal,<br>0g Fett, 0g ges. FS,<br>40,54g KH,<br>40,51g Zucker,<br>0,04g Eiweiß,<br>0g Salz             |
| <b>Sonntag</b><br><b>02.02.2025</b>    | Rinderroulade, <sup>2,3,8,j</sup><br>Bratensauce, <sup>a,a1,a3</sup><br>Rotkohl,<br>Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>                      | 1750 kJ, 419 kcal,<br>16,46g Fett,<br>6,52g ges. FS,<br>37,70g KH,<br>10,02g Zucker,<br>27,58g Eiweiß,<br>5,49g Salz | Kasseler, <sup>2,3,8</sup><br>Bratensauce, <sup>a,a1,a3</sup><br>Brokkoli,<br>Kartoffeln <sup>3,5,1</sup>           | 1832 kJ, 438 kcal,<br>20,44g Fett,<br>8,41g ges. FS,<br>33,36g KH,<br>7,00g Zucker,<br>28,09g Eiweiß,<br>6,10g Salz |   |  | Buttermilch-Dessert <sup>g</sup> | 494 kJ, 117 kcal,<br>4,1g Fett,<br>2,8g ges. FS,<br>15,9g KH,<br>15,6g Zucker,<br>3,7g Eiweiß,<br>0,2g Salz       |