



















SPEISEPLAN



51. Woche 16.12. - 22.12.2019

| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---------------------------|--|---|--|--|---|
| Menü A | Hähnchenwürfel in heller Soße mit Brokkoli/Blumenkohlgemüse und Salzkartoffel, dazu Karottensalat (aw, uw, am, 23)   | Gebratene Putenbratwurst mit Currysoße und Kartoffelspalten, Rohkost-Paprika-Sticks (3, aw, uw, am, bc, bm)  | Gulasch vom Rind (Paprika, Mais, Tomaten) mit Rahm-Möhren und hausgemachtem Kartoffelbrei, dazu Kirschquark (aw, uw, am, 23)   | Hamburger belegt mit (Rindfleisch, Eisberg, Tomate, Gurke) dazu Wedges; Birne (aw, uw, ae, ay, am, bc, bm, as)  | Thunfisch in Tomaten-Käsesoße mit Brokkoli dazu Bio-Spaghetti; Apfel (aw, uw, af, am, 23)   |
| | Energie pro Portion: 1522 kJ, 363 kcal | Energie pro Portion: 2698 kJ, 643 kcal | Energie pro Portion: 2019 kJ, 481 kcal | Energie pro Portion: 3609 kJ, 862 kcal | Energie pro Portion: 2153 kJ, 515 kcal |
| Menü B Vegetarisch | Eieromelett mit Rahmspinat und Kartoffelbrei; Schokojoghurt (V) (aw, uw, ae, am, 23)  | Gemüsecremesuppe danach Grießbrei mit Kirschoße, Paprikasticks (V) (aw, uw, am, 23)  | Möhren-Kartoffel-Eintopf mit Vollkornbrot und Kirschquark (V) (aw, uw, nr, am, as, 23)  | Kartoffelpuffer mit Apfelkompott und Gurkensticks (V) (3, aw, uw, ae)  | Blumenkohl-Käse-Stern mit Petersilienkartoffeln und Quark-Kräuter-Dip dazu Paprikasticks; Apfel (V) (aw, uw, ae, am, bc)  |
| | Energie pro Portion: 1665 kJ, 397 kcal | Energie pro Portion: 2079 kJ, 497 kcal | Energie pro Portion: 1614 kJ, 385 kcal | Energie pro Portion: 1795 kJ, 430 kcal | Energie pro Portion: 2281 kJ, 544 kcal |
| Salat | Gemischte Blattsalate mit Thunfisch und Mehrkornbrötchen (aw, uw, nr, gb, go, af, as) | Griechischer Bauernsalat mit Hirtenkäse und Oliven dazu Mehrkornbrötchen (9, aw, uw, nr, gb, go, am, as) | Blattsalat mit Tomate, Gurken, Karotten, Ei und Käse dazu Mehrkornbrötchen (aw, uw, nr, gb, go, ae, am, as) | bunter Salatteller mit Hähnchenbrust Mehrkornbrötchen (aw, uw, nr, gb, go, as) | bunter Salatteller mit Pute dazu ein Mehrkornbrötchen (aw, uw, nr, gb, go, as, 23) |
| | Energie pro Portion: 1012 kJ, 242 kcal | Energie pro Portion: 1775 kJ, 424 kcal | Energie pro Portion: 878 kJ, 210 kcal | Energie pro Portion: 1343 kJ, 322 kcal | Energie pro Portion: 1398 kJ, 335 kcal |
| Pasta | Gebratene Mie-Nudeln mit Putenfleisch dazu Schokojoghurt (1, aw, uw, ae, ay, am, bc, bm)  | Bio-Spirelli mit Tomaten-Zucchini-Ragout dazu Eisbergsalat mit Joghurtdressing (aw, uw, am, 23)  | Nudelpfanne Mediterran (Tomaten, Karotten, Paprika) dazu Kirschquark (V) (aw, uw, am, 23)  | Bio-Penne mit Tomaten-Basilikum-Soße und Reibekäse; Birne (V) (aw, uw, am, 23)  | Kräuterspätzle mit Käsesoße und Apfel (V) (aw, uw, ae, am, 23)  |
| | Energie pro Portion: 2070 kJ, 495 kcal | Energie pro Portion: 1832 kJ, 438 kcal | Energie pro Portion: 2055 kJ, 491 kcal | Energie pro Portion: 2210 kJ, 527 kcal | Energie pro Portion: 2464 kJ, 588 kcal |

Wir kochen mit jodiertem Speisesalz.
Obst und Gemüse beziehen wir vorrangig von unseren regionalen Lieferanten.
Zu jeder Mahlzeit ein Getränk (Trinkwasser, ungesüßter Tee)



Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff; 2 = mit Konservierungsstoff; 3 = mit Antioxidationsmittel; 4 = mit Geschmacksverstärker; 5 = mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n); 7 = mit Phosphat; 8 = gewachst; 15 = mit Nitritpökelsalz; 23 = mit Knoblauch; Allergene: aw = enth. glutenhaltiges Getreide* (Überbegriff); uw = enth. Weizen*; nr = enth. Roggen*; gb = enth. Gerste*; go = enth. Hafer*; gs = enth. Dinkel*; gk = enth. Kamut*; ax = enth. Hybridstämme*; ac = enth. Krebstiere*; ae = enth. Eier*; af = enth. Fische*; ap = enth. Erdnüsse*; ay = enth. Sojabohnen*; am = enth. Milch*; an = enth. Schalenfrüchte* (Überbegriff); sa = enth. Mandeln*; sh = enth. Haselnüsse*; sw = enth. Walnüsse*; sc = enth. Kaschunüsse* sp = enth. Pecannüsse*; sr = enth. Paranüsse*; st = enth. Pistazien*; sm = enth. Macadamianüsse*; sq = enth. Queenslandnüsse*; bc = enth. Sellerie*; bm = enth. Senf*; as = enth. Sesam*; au = enth. Schwefeldioxid/Sulfite; nl = enth. Lupinen*; um = enth. Weichtiere*
* und daraus gewonnene Erzeugnisse