

# SPEISEPLAN



38. Woche 16.09. - 22.09.2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü A</b>	Rindswurst mit Kartoffellwedges, Erbsen- und Möhrengemüse und Banane (3, 7, 15, bc, bm, 23) Energie pro Portion: 2544 kJ, 606 kcal	Geflügelkedaile auf Paprika-Zucchini-Gemüse mit Salzkartoffeln, dazu Kirschkompott (aw, uw, ae, am, bm, 23) Energie pro Portion: 1297 kJ, 552 kcal	Rindergulasch mit Salzkartoffeln und Rotkraut, Apfel (23) Energie pro Portion: 1822 kJ, 434 kcal	"Bolognese" - Tomaten-Hackfleisch-Soße vom Rind (Tomaten, Porree, Sellerie) und Bio-Vollkornspaghetti, dazu grüne Bohnensalat (aw, uw, bc) Energie pro Portion: 1739 kJ, 415 kcal	Gebratenes Hokfischfilet mit Zitronen-Butter-Soße auf Erbsen-Mais-Gemüse und hausgemachtem Kartoffelbrei mit Petersilie, dazu Banane (aw, uw, af, am, 23) Energie pro Portion: 2541 kJ, 607 kcal
<b>Menü B Vegetarisch</b>	Kräuterquark mit Salzkartoffeln, dazu Gurkensalat und Banane (V) (am, 23) Energie pro Portion: 1693 kJ, 404 kcal	Minestrone danach Milchreis mit Apfelmus und Zucker/Zimt, Mais-Salat (V) (3, am, bc, 23) Energie pro Portion: 2636 kJ, 630 kcal	Eierragout mit Möhren, Erbsen, Mais in Senfsoße und Salzkartoffeln, dazu Gurkensalat mit Sauerrahm (V) (aw, uw, ae, am, bm, 23) Energie pro Portion: 1737 kJ, 415 kcal	Vegetarisches Chili mit Weizen und Vollkornbrot, Birne (V) (aw, uw, nr, as, 23) Energie pro Portion: 2413 kJ, 576 kcal	Gemüsepflanze mit Kartoffeln und Weißkäswürfeln, Banane (V) (am, 23) Energie pro Portion: 1746 kJ, 417 kcal
<b>Salat</b>	bunter Salateller mit Cevapcici (R) und Mhirkornbrötchen (aw, uw, nr, gb, go, ae, bm, as, 17) Energie pro Portion: 1975 kJ, 473 kcal	bunter Salateller mit Hähnchenkeule und Mhirkornbrötchen (aw, uw, nr, gb, go, ae) Energie pro Portion: 2292 kJ, 549 kcal	Gemischte Blattsalate mit Thunfisch und Mhirkornbrötchen (aw, uw, nr, gb, go, af, as) Energie pro Portion: 1012 kJ, 242 kcal	Feldsalat mit Feta auf Jahrmarktspuffer (3, aw, uw, ae, am, au) Energie pro Portion: 2134 kJ, 510 kcal	Blattsalat mit Tomate, Gurken, Karotten, Ei und Käse dazu Mhirkornbrötchen (aw, uw, nr, gb, go, ae, am, as) Energie pro Portion: 878 kJ, 210 kcal
<b>Pasta</b>	Nudelpfanne Mediterran, Banane (V) (aw, uw, 23) Energie pro Portion: 1947 kJ, 466 kcal	Canneloni in Tomate gratiniert dazu Möhrensticks, Kirschkompott (V) (aw, uw, ae, am) Energie pro Portion: 2864 kJ, 680 kcal	Bio-Gabelspaghetti mit Tomaten-Basilikum-Soße, Apfel (V) (aw, uw, 23) Energie pro Portion: 2521 kJ, 602 kcal	Zweierlei Bio-Spaghetti (einschl. Vollkorn) dazu fruchtige Tomatensoße, Reibekäse und Birne (V) (aw, uw, am, 23) Energie pro Portion: 2224 kJ, 532 kcal	Gnocchi mit Paprikacremesoße dazu Möhrensticks, Banane (V) (aw, uw, ae, am, 23) Energie pro Portion: 2338 kJ, 559 kcal

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



Vegetarisch



Schwein



Rind



Fisch



Geflügel



ausgewogene Menüauswahl



DE-ÖKO-070

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 Nitropökalsalz; 23 = mit Knoblauch; Allergene: aw = enth. glutenhaltiges Getreide\* (Überbegriff); uw = enth. Weizen\*; nr = enth. Roggen\*; gb = enth. Hafer\*; gs = enth. Gerste\*; gw = enth. Hafer\*; gr = enth. Gerste\*; ak = enth. Dinkel\*; ok = enth. Kamut\*; ax = enth. Hybridstämme\*; ac = enth. Krebsler\*; 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. 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