Montag

25.03.2024

Speisekarte

Menü 1

Quinoapfanne mit Spinat, Rote Linsen
Sojamilchsauce (e)
Apfel

Kcal	Eiweiß (g)	Fett (g)	gesättigte Fettsäuren (g)
581,28	32,19	8,35	1,6

Kohlenhydrate (g)	Zucker (g)	Salz (g)	KE
91,2	7,72	1,17	7,54

Menü 2

Gebackene Frikadellen (a,c)
Gestovte Karotten (a,a1,a7,b,b1,b2)
Salzkartoffeln
Schokoladenpuddingbecher (b)

Kcal	Eiweiß (g)	Fett (g)	gesättigte Fettsäuren (g)
706,51	29,53	30,45	13,22

Kohlenhydrate (g)	Zucker (g)	Salz (g)	KE
76,87	14	6,99	6,4

Guten Appetit

Änderungen vorbehalten
Die Aufschlüsselung der Allergene und Zusatzstoffe, können Sie aus unserer Zutatenliste entnehmen.
In unseren Speisen können Spuren von Allergenen enthalten sein.
Die Nährwertangaben werden auf Grundlage des Bundeslebensmittelschlüssel
berechnet, für die Richtigkeit übernehmen wir keine Gewähr.

Allergene

a=Glutenhaltig, a1=GL-Weizen, a7=GL-Hybridstämme, b=Milch/-erzeugnisse,
b1=Milcheiweiß, b2=Milchzucker (Lac.), c=Eier/-erzeugnisse, e=Soja/-erzeugnisse

Dienstag

26.03.2024

Speisekarte

Menü 1

2 Stück Falafel-Burger (a,a1,a7,d)
Gemüsepfanne mit Curry-Kokossauce (d)
Vollkornreis (b,b2)
Apfel

Kcal	Eiweiß (g)	Fett (g)	gesättigte Fettsäuren (g)	
826,8	21,78	26,92	3,69	
Kohlenhydrate (g)		**Zucker (g)**	**Salz (g)**	**KE**
119,86		13,42	5,55	9,84

Menü 2

Schweinegeschnetzeltes mit Ackerbohnen (a,a1,a3,a4,a5,a6,a7,b,b1,b2,c,d,f)
Salzkartoffeln
Krautsalat
Früchtejoghurtbecher (b,b1,b2)

Kcal	Eiweiß (g)	Fett (g)	gesättigte Fettsäuren (g)	
679,61	39,92	27,33	8,32	
Kohlenhydrate (g)		**Zucker (g)**	**Salz (g)**	**KE**
65,83		17,89	8,69	5,48

Guten Appetit

Änderungen vorbehalten
Die Aufschlüsselung der Allergene und Zusatzstoffe, können Sie aus unserer Zutatenliste entnehmen.
In unseren Speisen können Spuren von Allergenen enthalten sein.
Die Nährwertangaben werden auf Grundlage des Bundeslebensmittelschlüssel
berechnet, für die Richtigkeit übernehmen wir keine Gewähr.

Allergene

a=Glutenhaltig, a1=GL-Weizen, a3=GL-Hafer, a4=GL-Roggen, a5=GL-Dinkel, a6=GL-Kamut, a7=GL-Hybridstämme, b=Milch/-erzeugnisse, b1=Milcheiweiß, b2=Milchzucker (Lac.), c=Eier/-erzeugnisse, d=Sellerie/-erzeugnisse, f=Senf/-erzeugnisse

Mittwoch

27.03.2024

Speisekarte

Menü 1

2 Stück Linsenburger (a,a1,a7,d)

Fruchtiges Ratatouille

Vollkornnudeln (a,a1,a7)

Apfel

Kcal	Eiweiß (g)	Fett (g)	gesättigte Fettsäuren (g)
943,82	24,67	58,12	7

Kohlenhydrate (g)	Zucker (g)	Salz (g)	KE
80,3	11,27	2,3	6,7

Menü 2

Gebratene Hähnchenkeule (f)

Champignonrahmsauce (a,a1,a3,a4,a5,a6,a7,b,b1,b2,c,d)

Erbsen und Möhren (b,b2)

Salzkartoffeln

Kiwi

Kcal	Eiweiß (g)	Fett (g)	gesättigte Fettsäuren (g)
1195,47	63,3	73,07	18,54

Kohlenhydrate (g)	Zucker (g)	Salz (g)	KE
60,44	6,95	7,26	5

Guten Appetit

Änderungen vorbehalten
Die Aufschlüsselung der Allergene und Zusatzstoffe, können Sie aus unserer Zutatenliste entnehmen.
In unseren Speisen können Spuren von Allergenen enthalten sein.
Die Nährwertangaben werden auf Grundlage des Bundeslebensmittelschlüssel
berechnet, für die Richtigkeit übernehmen wir keine Gewähr.

Allergene

a=Glutenhaltig, a1=GL-Weizen, a3=GL-Hafer, a4=GL-Roggen, a5=GL-Dinkel, a6=GL-Kamut, a7=GL-Hybridstämme, b=Milch/-erzeugnisse, b1=Milcheiweiß, b2=Milchzucker (Lac.), c=Eier/-erzeugnisse, d=Sellerie/-erzeugnisse, f=Senf/-erzeugnisse

Donnerstag

28.03.2024

Speisekarte

Menü 1

Dinkelpfanne mit Zucchini, Bohnen (a,a5)
Tomaten-Bärlauchsauce
Apfel

Kcal	Eiweiß (g)	Fett (g)	gesättigte Fettsäuren (g)
501,49	17,69	12,49	1,63

Kohlenhydrate (g)	Zucker (g)	Salz (g)	KE
77,11	12,31	2,22	6,46

Menü 2

Rindergulasch mit Pilzen, Zwiebeln (a,a1,a3,a4,a5,a6,a7,b,b1,b2,c,d,f)
Salzkartoffeln
Wachsbrechbohnensalat
Ananaswürfel

Kcal	Eiweiß (g)	Fett (g)	gesättigte Fettsäuren (g)
621,33	39,97	16,42	5,89

Kohlenhydrate (g)	Zucker (g)	Salz (g)	KE
74,94	18,71	8,3	6,24

Guten Appetit

Änderungen vorbehalten
Die Aufschlüsselung der Allergene und Zusatzstoffe, können Sie aus unserer Zutatenliste entnehmen.
In unseren Speisen können Spuren von Allergenen enthalten sein.
Die Nährwertangaben werden auf Grundlage des Bundeslebensmittelschlüssel
berechnet, für die Richtigkeit übernehmen wir keine Gewähr.

Allergene

a=Glutenhaltig, a1=GL-Weizen, a3=GL-Hafer, a4=GL-Roggen, a5=GL-Dinkel, a6=GL-Kamut, a7=GL-Hybridstämme, b=Milch/-erzeugnisse, b1=Milcheiweiß, b2=Milchzucker (Lac.), c=Eier/-erzeugnisse, d=Sellerie/-erzeugnisse, f=Senf/-erzeugnisse

Freitag

29.03.2024

Speisekarte

Menü 1

4 Kräuterrösti
Fruchtiges Ratatouille
Cole Slaw Salat (a,a1,b,f)
Apfel

Kcal	Eiweiß (g)	Fett (g)	gesättigte Fettsäuren (g)
561,39	4,44	47,45	4,4

Kohlenhydrate (g)	Zucker (g)	Salz (g)	KE
29,02	9,59	0,69	1,82

Menü 2

Gebackenes Schollenfilet (a,a1,a7,j)
Kartoffelsalat (a,a7,b,c,f)
Birne

Kcal	Eiweiß (g)	Fett (g)	gesättigte Fettsäuren (g)
690,38	32,21	33,57	4,73

Kohlenhydrate (g)	Zucker (g)	Salz (g)	KE
63,38	3,25	6,09	5,28

Guten Appetit

Änderungen vorbehalten
Die Aufschlüsselung der Allergene und Zusatzstoffe, können Sie aus unserer Zutatenliste entnehmen.
In unseren Speisen können Spuren von Allergenen enthalten sein.
Die Nährwertangaben werden auf Grundlage des Bundeslebensmittelschlüssel
berechnet, für die Richtigkeit übernehmen wir keine Gewähr.

Allergene

a=Glutenhaltig, a1=GL-Weizen, a7=GL-Hybridstämme, b=Milch/-erzeugnisse, c=Eier/-erzeugnisse, f=Senf/-erzeugnisse, j=Fisch/-erzeugnisse

Samstag

30.03.2024

Speisekarte

Sonntag

31.03.2024

Menü 1

Karotteneintopf mit Lauch, Kartoffeln
Brötchengebäck (a,a1,a2,a3,a4,a5,a6,a7,h)
Apfel

Kcal	Eiweiß (g)	Fett (g)	gesättigte Fettsäuren (g)
220,81	6,14	0,89	0,38

Kohlenhydrate (g)	Zucker (g)	Salz (g)	KE
45,35	14,09	1,27	3,75

Menü 1

2 Stück Backcamembert (a,a1,a7,b,c)
Preiselbeeren
Brötchengebäck (a,a1,a2,a3,a4,a5,a6,a7,h)
Karottenrohkost
Apfel

Kcal	Eiweiß (g)	Fett (g)	gesättigte Fettsäuren (g)
1748,94	44,27	147,05	38,81

Kohlenhydrate (g)	Zucker (g)	Salz (g)	KE
59,54	38,27	3,64	4,95

Menü 2

Tiroler Kartoffelsuppe mit Geflügelwurst (a,a2,b,b1,b2,c,d)
Brötchengebäck (a,a1,a2,a3,a4,a5,a6,a7,h)
Apfel

Kcal	Eiweiß (g)	Fett (g)	gesättigte Fettsäuren (g)
352,11	18,93	8,55	4,51

Kohlenhydrate (g)	Zucker (g)	Salz (g)	KE
48,06	3,92	3,18	3,99

Menü 2

Geflügelgeschnetzeltes mit Pilzen und Zwiebeln (a,a1,a7,b,b1,b2)
Karottenrohkost
Salzkartoffeln
Schokoladenpudding (b)

Kcal	Eiweiß (g)	Fett (g)	gesättigte Fettsäuren (g)
836,32	36,99	29,73	13,06

Kohlenhydrate (g)	Zucker (g)	Salz (g)	KE
97,36	36,15	5,43	8,1

Guten Appetit

Änderungen vorbehalten
Die Aufschlüsselung der Allergene und Zusatzstoffe, können Sie aus unserer Zutatenliste entnehmen.
In unseren Speisen können Spuren von Allergenen enthalten sein.
Die Nährwertangaben werden auf Grundlage des Bundeslebensmittelschlüssel
berechnet, für die Richtigkeit übernehmen wir keine Gewähr.

Allergene

a=Glutenhaltig, a1=GL-Weizen, a2=GL-Gerste, a3=GL-Hafer, a4=GL-Roggen, a5=GL-Dinkel, a6=GL-Kamut, a7=GL-Hybridstämme, b=Milch/-erzeugnisse, b1=Milcheiweiß, b2=Milchzucker (Lac.), c=Eier/-erzeugnisse, d=Sellerie/-erzeugnisse, h=Sesam/-erzeugnisse