

Speiseplan vom 04.11.2024 bis 08.11.2024 KW45

	Montag 04.11.2024	Dienstag 05.11.2024	Mittwoch 06.11.2024	Donnerstag 07.11.2024	Freitag 08.11.2024
Menü 1	Ofenkartoffeln [SE / kcal: 91] Kräuterquark [ML, GG, WZ, EI, SE / kcal: 147] Möhrensalat in Joghurt-Dressing [GG, WZ, EI, SE, ML, SU / 2 / kcal: 54] 	Möhren-Kokos-Curry mit roten Linsen und Zwiebeln [GG, WZ, SE / kcal: 68] Vollkornreis [kcal: 106] 	Tomatencremesuppe mit Bio-Tomaten, Reisnudel-Einlage und Bio-Leinsamen [EI, WZ, ML, GG / kcal: 65] eine Scheibe Mehrkornbrot [GG, WZ, RO, GE, HF, SM / kcal: 252] 	Linienragout mit Möhren, Sellerie und Lauch in vegetarischer Bratensauce [GG, WZ, SU, SL / 12 / kcal: 140] Kartoffelpüree [ML / 2 / kcal: 13] Blattsalat [kcal: 11] Essig-Öl-Dressing [SE / kcal: 74] 	Pizza Margherita mit Tomaten, Kräutern und Mozzarella überbacken [GG, WZ, GE, ML / 2 / kcal: 230] Salat mit Dressing [SE, EI, GG, ML, SU / 2 / kcal: 49]
Menü 2	"Chili sin carne" mit Soja-Hack, Mais, Kidneybohnen, Bio-Tomaten und Zwiebeln [GG, GE, SO, WZ, SE / kcal: 76] Vollkornreis [kcal: 106] 	Lachswürfel in Zitronen-Dill-Sauce [FI, ML, GG, WZ, EI / kcal: 76] Pasta [GG / kcal: 118] Erbsen "natur" [kcal: 83] 	Hähnchenbrust "natur" in [kcal: 116] Bratensauce [GG, WZ, SU / 12 / kcal: 33] Langkornreis [kcal: 101] Rotkohl-Apfel-Salat in Essig-Öl-Dressing [SE / 2 / kcal: 49] 	3 Eierpfannkuchen [GG, WZ, EI, ML / kcal: 189] Rote Grütze "kalt" [kcal: 49] 	- [kcal: 0]
Pasta-Teller	Pasta [GG / kcal: 118] Mais in Rahmsauce [ML, GG, WZ / kcal: 82] Salat mit Dressing [SE, EI, GG, ML, SU / 2 / kcal: 49] 	- [kcal: 0]	Pasta [GG / kcal: 118] Kokossauce mit Zucchini, Paprika und Möhren [ML, GG, WZ / kcal: 37] Salat mit Dressing [SE, EI, GG, ML, SU / 2 / kcal: 49] 	Pasta [GG / kcal: 118] Paprikasauce [GG, WZ / kcal: 44] Salat mit Dressing [SE, EI, GG, ML, SU / 2 / kcal: 49] 	- [kcal: 0]
Salat-Teller	Bunter gemischter Salatteller [kcal: 0] Topping des Tages [kcal: 0] 	Bunter gemischter Salatteller [kcal: 0] Topping des Tages [kcal: 0] 	Bunter gemischter Salatteller [kcal: 0] Topping des Tages [kcal: 0] 	Bunter gemischter Salatteller [kcal: 0] Topping des Tages [kcal: 0] 	Bunter gemischter Salatteller [kcal: 0] Topping des Tages [kcal: 0]

Mit Bio-Produkt(en) aus kontrolliert biologischem Anbau (DE-ÖKO-006)

"natur" = naturbelassenes Gemüse, in seinem natürlichen Zustand belassen

Allergenkennzeichnung nach VO (EU) 1169/2011 enthält: GG Gluten° (WZ Weizen°, RO Roggen°, GE Gerste°, DI Dinkel°, HF Hafer°, KA Kamut°, HY Hybridstämme°), KT Krebstiere°, EI Ei°, FI Fisch°, EN Erdnüsse°, SO Soja°, ML Milch einschließlich Laktose°, SF Schalenfrüchte° (MA Mandel°, HN Haselnuss°, WN Walnuss°, KN Cashewnuss°, PC Pekannuss°, PA Paranuss°, PI Pistazien°, MQ Macadamia- oder Queenslandnuss°), SL Sellerie°, SE Senf°, SM Sesam°, SU Schwefeldioxid und/oder Sulfite°, LU Lupinen°, WT Weichtiere° ("und daraus gewonnene Erzeugnisse). Zusatzstoffkennzeichnung nach LMZDV: 1 „mit Konservierungsstoff“, 2 „mit Antioxidationsmittel“, 3 „mit Geschmacksverstärker“, 4 „mit Süßungsmittel(n)“, 7 „mit (einer) Zuckerart(en) und Süßungsmittel(n)“, 10 „enthält eine Phenylalaninquelle“, 11 „kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken“, 12 „mit Farbstoff“, 14 „gewachst“, 15 „geschwärtzt“, 16 „mit Phosphat“, 32 „mit Nitritpökelsalz“, 33 „mit Nitrat“, 34 „mit Nitritpökelsalz und Nitrat“, 53-70 „enthält Tafelsüße auf Grundlage von ...“ (Angabe der Tafelsüße durch Tafelsüße-Aushang). Betriebsbedingt können Spuren enthalten sein.

Kurzfristige Änderungen des Speiseplans vorbehalten.

kcal-Angaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Nährwerte pro 100 g und sind als Orientierungshilfe zu verstehen.

Jedes Menü beinhaltet einen Beilagensalat.

	vegetarisch		mit Geflügelfleisch
	mit Rindfleisch		mit Fisch
	Kaltgericht		Aktionsmenü

