



# Speiseplan

von Montag, 25.09.2023 KW 39

bis Sonntag, 01.10.2023



**Menü 1**

| Montag  | Dienstag  | Mittwoch  | Donnerstag   | Freitag  | Samstag                       | Sonntag   |
|---|---|---|--|--|-------------------------------|---|
| Fleischkäse <sup>A,K,Ph</sup><br>Zwiebelsoße <sup>A,K</sup><br>grüne Bohnen<br>Salzkartoffeln | Bratheringsfilet 2 St.<br><sup>1,10,1a,4,6,A,F,Su</sup> Remou-<br>ladensoße <sup>1,10,1a,3,</sup><br><sup>7,F,Su</sup> Salzkartoffeln<br>gemischter<br>Blattsalat | gefüllte Paprika-<br>schote mit Schw-<br>einhack <sup>1,1a,3,9</sup><br>Paprikasoße<br>Gemüsevollkorn-<br>reis <sup>9</sup> | Hähnchen Gyros <sup>1,1a</sup><br>Tzaziki <sup>7</sup><br>Tomaten-Reis | Geflügelfrikadelle<br><sup>1,1a,3</sup> Geflügel-soße<br><sup>1,1a,3,6</sup> feine grüne<br>Erbsen<br>Salzkartoffeln | Soljanka <sup>A,K,Ph,Su</sup> | Rindersauerbraten<br><sup>1,10,1a,7,9</sup> Soße zum<br>Sauerbraten <sup>10,S</sup><br>Apfelrotkohl<br>2 Kartoffelklöße |

|  |  |  |  |  |  |   |
|--|--|--|--|--|--|---|
| <i>kcal: 554,5, Fett: 34,2 g, KH: 41,4 g, EW: 20,0 g</i> | <i>kcal: 662,1, Fett: 41,4 g, KH: 38,6 g, EW: 32,0 g</i> | <i>kcal: 402,7, Fett: 12,4 g, KH: 52,0 g, EW: 17,9 g</i> | <i>kcal: 406,9, Fett: 11,7 g, KH: 44,3 g, EW: 29,7 g</i> | <i>kcal: 530,2, Fett: 21,2 g, KH: 55,6 g, EW: 25,8 g</i> | <i>kcal: 496,6, Fett: 36,4 g, KH: 15,0 g, EW: 26,4 g</i> | <i>kcal: 409,7, Fett: 9,1 g, KH: 63,8 g, EW: 15,7 g</i> |
|--|--|--|--|--|--|---|

**Menü 2**

|   |  |   |  |  |  |   |
|---|--|---|--|--|--|---|
| Schlemmerfisch<br>Bordelaise <sup>1,1a,4</sup><br>Kräutersoße <sup>6</sup><br>Möhrengemüse<br>Kartoffelpüree <sup>7,A</sup> | Kalbsragout mit<br>Spargel <sup>6,A</sup><br>Möhrengemüse<br>Spätzle <sup>1,1a,3</sup> | Eierragout mit<br>Blumenkohl,<br>Brokkoli und Möhre<br><sup>3,6</sup><br>Salzkartoffeln | Wachsbrechbohnen<br>topf mit Rindfleisch<br><sup>9</sup> | Seelachsfilet<br>gratinert <sup>4,7</sup><br>Kräutersoße <sup>6</sup><br>Brokkoli<br>Gemüsereis <sup>9</sup> | 3 Topfen -<br>Marillenknödel<br><sup>1,1a,3,7,A,K</sup><br>Sauerkirschsoße | 2 Gemüse<br>Medaillons <sup>1,10,1a,6,9</sup><br>Kräutersoße <sup>6</sup><br>Blumenkohl<br>Salzkartoffeln |
|---|--|---|--|--|--|---|

|  |  |  |   |  |   |  |
|--|--|--|---|--|---|--|
| <i>kcal: 499,9, Fett: 22,1 g, KH: 33,2 g, EW: 26,7 g</i> | <i>kcal: 501,7, Fett: 13,2 g, KH: 57,2 g, EW: 27,7 g</i> | <i>kcal: 353,5, Fett: 12,6 g, KH: 31,4 g, EW: 17,8 g</i> | <i>kcal: 229,0, Fett: 4,3 g, KH: 28,1 g, EW: 14,2 g</i> | <i>kcal: 429,3, Fett: 11,6 g, KH: 36,5 g, EW: 29,5 g</i> | <i>kcal: 419,1, Fett: 9,8 g, KH: 67,6 g, EW: 13,5 g</i> | <i>kcal: 577,7, Fett: 25,1 g, KH: 44,7 g, EW: 26,4 g</i> |
|--|--|--|---|--|---|--|

**Menü 3**

|  |   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|
| orientalisches<br>Wirsinggemüse<br><sup>11,6,8,8a</sup><br>Gemüsecouscous<br><sup>1,1a,9</sup> | Graupeneintopf mit<br>Liebstöckel <sup>1,1c,9</sup> | Quinoa Erbsen Rösti<br>Blumenkohl,<br>Brokkoli, Möhren in<br>Soße <sup>6</sup> Gemüse-<br>vollkornreis <sup>9</sup> | 2 Rote Bete-<br>medaillons<br>Kräutersoße <sup>6</sup><br>grüne Erbsen<br>Hirse | Kürbis -<br>Süßkartoffel -<br>Gemüsetopf <sup>9</sup> | gratiniertes<br>Spinattörtchen<br><sup>6,8,8a,A</sup> Erbsen-<br>Möhren in Soße <sup>6</sup><br>Vollkorn-Reis | Champignon-<br>Lauchsoße <sup>6</sup><br>Vollkornspaghetti-<br>Nudeln <sup>1,1a</sup> |
|--|---|---|---|---|---|---|

|  |   |  |  |  |  |  |
|--|---|--|--|--|--|--|
| <i>kcal: 440,8, Fett: 14,4 g, KH: 56,4 g, EW: 15,7 g</i> | <i>kcal: 298,5, Fett: 11,1 g, KH: 38,8 g, EW: 6,6 g</i> | <i>kcal: 372,9, Fett: 11,9 g, KH: 50,8 g, EW: 11,3 g</i> | <i>kcal: 675,2, Fett: 27,5 g, KH: 69,5 g, EW: 20,1 g</i> | <i>kcal: 221,0, Fett: 7,0 g, KH: 36,0 g, EW: 5,4 g</i> | <i>kcal: 544,1, Fett: 10,4 g, KH: 87,2 g, EW: 14,9 g</i> | <i>kcal: 258,2, Fett: 7,3 g, KH: 30,1 g, EW: 6,4 g</i> |
|--|---|--|--|--|--|--|

**Menü 4**

|  |  |  |   |  |   |   |
|--|--|--|---|--|---|---|
| Gemüsegulasch mit<br>Balkankäse <sup>10,6,7</sup><br>Vollkornspirelli-<br>Nudeln <sup>1,1a</sup> | Süßkartoffel -<br>Brokkoli - Auflauf<br><sup>6,8,8a,A</sup> Kürbis-<br>Zitronensoße <sup>6,A,K</sup><br>Pastinaken | Wachsbrechbohnen<br>topf mit Tofu <sup>6,9</sup> | 2 halbe Chicoree<br>gratinert <sup>8,8a,A</sup><br>Kokos-Karotten-<br>soße <sup>6</sup> Kaiser-<br>Gemüse<br>Vollkornreis | Vollkornreis -<br>Gemüsepfanne mit<br>Balkankäse <sup>7,9</sup><br>Tomatensoße<br>grüne Erbsen | Gemüsetopf mit<br>Vollkornnudeln<br><sup>1,1a,9</sup> | Kräutersoße <sup>6</sup><br>Brokkoli mit<br>Mandelblättern<br><sup>8,8a</sup> Möhren<br>Gemüsecouscous<br><sup>1,1a,9</sup> |
|--|--|--|---|--|---|---|

|  |  |  |  |  |   |  |
|--|--|--|--|--|---|--|
| <i>kcal: 450,7, Fett: 16,2 g, KH: 53,0 g, EW: 18,6 g</i> | <i>kcal: 479,0, Fett: 12,8 g, KH: 60,4 g, EW: 11,2 g</i> | <i>kcal: 174,6, Fett: 2,6 g, KH: 23,5 g, EW: 9,8 g</i> | <i>kcal: 508,9, Fett: 13,0 g, KH: 71,2 g, EW: 11,6 g</i> | <i>kcal: 536,0, Fett: 21,0 g, KH: 62,9 g, EW: 19,0 g</i> | <i>kcal: 308,0, Fett: 11,7 g, KH: 36,8 g, EW: 9,2 g</i> | <i>kcal: 449,7, Fett: 10,6 g, KH: 54,1 g, EW: 16,5 g</i> |
|--|--|--|--|--|---|--|

Die Speisen werden mit Oliven- oder Rapsöl zubereitet. Kreuzkontaminationen können nicht ausgeschlossen werden. Änderungen vorbehalten.

**Legende:** = Icon Vegan, = Icon Schwein, 1 = Glutenhaltiges Getreide, 10 = Senf und Senferzeugnisse, 11 = Sesam und Sesamerzeugnisse, 1a = Weizen, 1c = Gerste, 3 = Eier und Eierzeugnisse, 4 = Fisch und Fischerzeugnisse, 6 = Soja und Sojaerzeugnisse, 7 = Milch und Milcherzeugnisse einsch. Laktose, 8 = Schalenfrüchte und Erzeugnisse, 8a = Mandel, 9 = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, A = mit Antioxidationsmittel, F = mit Farbstoff, K = mit Konservierungsstoff, Ph = mit Phosphat, S = geschwefelt, S = Schwefeldioxyd/Sulfite, Su = mit Süßungsmitteln, Su = mit Zuckerart(en) und Süßungsmittel(n)