

Speiseplan

gültig vom 08.11.2021 bis 14.11.2021



KW 45	Suppe	Kids Menü 1	Kids Menü 2	Dessert Kinder
Montag, 08.11.2021	Geröstete Grünkernsuppe A,DL,L 1 kcal 75,6 / kJ 316,1 / Fett 3,6 / EW 1,7 / KH 8,6 / BE 0,7	Hackfleischsoße vom Rind A,Wz,Ge Gabelspaghetti A,Wz,C Gurkensalat mit Saurer Sahne G,O, 3 kcal 511,8 / kJ 2141,3 / Fett 19,5 / EW 22,6 / KH 59,6 / BE 5,0	Kartoffeltaschen G Blattspinat G kcal 404,7 / kJ 1693,1 / Fett 24,5 / EW 7,9 / KH 35,7 / BE 3,0	Obst der Saison kcal 30,8 / kJ 128,9 / Fett 0,1 / EW 0,3 / KH 7,1 / BE 0,6
Dienstag, 09.11.2021	Spinatcremesuppe A,Wz,G 1 kcal 153,7 / kJ 643,2 / Fett 13,5 / EW 2,6 / KH 5,2 / BE 0,4	Linsengemüse mit Kartoffeln L,O, 3 Gemüsefrikadelle A,Wz,C kcal 316,1 / kJ 1322,5 / Fett 7,5 / EW 15,5 / KH 42,2 / BE 3,5	Cremiges Zartweizenrisotto mit Waldpilzen A,Wz,G,L Endiviensalat mit Essig-Öl Dressing O, 3 kcal 261,7 / kJ 1095,0 / Fett 8,2 / EW 8,9 / KH 36,2 / BE 3,0	Heidelbeerquark G kcal 99,0 / kJ 414,2 / Fett 3,7 / EW 6,5 / KH 9,9 / BE 0,8
Mittwoch, 10.11.2021	Gemüsecremesuppe A,Wz,G,L 1 kcal 117,9 / kJ 493,3 / Fett 9,8 / EW 1,9 / KH 5,3 / BE 0,4	Schollenfilet paniert A,Wz,D Kartoffelsalat M Tomatensalat O, 5 kcal 268,3 / kJ 1122,7 / Fett 10,9 / EW 12,5 / KH 30,1 / BE 2,5	Reisbrei G Kirschkompott kcal 356,5 / kJ 1491,8 / Fett 8,3 / EW 10,1 / KH 58,2 / BE 4,9	Mangojoghurt G kcal 100,0 / kJ 418,4 / Fett 2,8 / EW 2,7 / KH 16,0 / BE 1,3
Donnerstag, 11.11.2021	Eierflockensuppe C kcal 25,1 / kJ 105,1 / Fett 1,8 / EW 2,1 / KH 0,2 / BE 0,0	Hähnchenbrustfilet Orangensoße A,Wz,Ge,C Reis Zucchinirohkostsalat Saure-Sahne-Marinade G,O, 3 kcal 233,0 / kJ 975,0 / Fett 4,7 / EW 15,2 / KH 32,2 / BE 2,7	Penne Nudeln A,Wz Kürbissahnesoße A,Wz,G 1 Zucchinirohkostsalat G,O, 3 kcal 345,9 / kJ 1447,4 / Fett 9,9 / EW 10,8 / KH 53,0 / BE 4,4	Erdbeerpudding G 1 kcal 120,0 / kJ 502,1 / Fett 5,0 / EW 1,6 / KH 17,5 / BE 1,5
Freitag, 12.11.2021	Dillcremesuppe A,Wz,G 1 kcal 149,1 / kJ 624,0 / Fett 13,4 / EW 1,9 / KH 5,2 / BE 0,4	Fischfilet mit Tomatenauflage A,Wz,D Dampfkartoffeln Gemüsesahnesoße G,L Eisbergsalat mit Honig-Senf-Dressing M,O, 3 kcal 293,6 / kJ 1228,6 / Fett 14,1 / EW 13,8 / KH 25,6 / BE 2,1	Kartoffel-Gemüse-Pfanne Kerbel-Schmand G kcal 290,9 / kJ 1217,1 / Fett 18,1 / EW 6,0 / KH 24,5 / BE 2,0	Banane frisch kcal 90,0 / kJ 376,6 / Fett 0,2 / EW 1,2 / KH 20,1 / BE 1,7