

Speiseplan 10.03. - 16.03.

Menü 1

- 10.03. Panierte Dorschnuggets (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)
Stampfkartoffeln
Pfannengemüse in Kräuterbutter
- 14.03. Lasagne Bolognese mit Rindfleisch (BIO)
Gemischter Salat
- 15.03. Gebundene Tomatensuppe
Germknödel "Natur"
Vanillesoße
- 16.03. Fischpfanne "Neptun" vom Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft); in Rahmsoße
Basmatireis (BIO)
Gemischter Salat

Nährwertangaben pro Portion
1839,0kJ/438,0kcal, Fett 18,4g, gesättigte Fettsäuren 5,8g, Kohlenhydrate 48,9g, Zucker 8,1g, Ballaststoffe 6,7g, Eiweiß 15,7g, Salz 3,05g
G, G1, Fi, M, Me, La, S, Sn

Nährwertangaben pro Portion
2540,0kJ/608,0kcal, Fett 30,8g, gesättigte Fettsäuren 9,6g, Kohlenhydrate 60,4g, Zucker 8,4g, Ballaststoffe 3,2g, Eiweiß 20,4g, Salz 4,48g
G, G1, M, Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
2987,0kJ/711,0kcal, Fett 29,2g, gesättigte Fettsäuren 9,9g, Kohlenhydrate 93,7g, Zucker 24,9g, Ballaststoffe 5,9g, Eiweiß 15,2g, Salz 5,92g
G, G1, Ei, M, Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
1774,0kJ/418,0kcal, Fett 6,9g, gesättigte Fettsäuren 3,5g, Kohlenhydrate 67,3g, Zucker 4,4g, Ballaststoffe 3,4g, Eiweiß 20,4g, Salz 2,02g
G, G1, Fi, M, Me, La, S

Menü 2

- Falafelbällchen
Stampfkartoffeln
Pfannengemüse in Kräuterbutter

- Gemüse-Lasagne à la Italia
Gemischter Salat

- Gebundene Tomatensuppe
Apfelstrudel (BIO)
Vanillesoße

- Veggie-Bällchen "Fresh kick"; Vegetarische Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in heller Soße
Basmatireis (BIO)
Gemischter Salat

Nährwertangaben pro Portion
2060,0kJ/492,0kcal, Fett 24,6g, gesättigte Fettsäuren 6,5g, Kohlenhydrate 51,3g, Zucker 11,3g, Ballaststoffe 10,8g, Eiweiß 10,8g, Salz 3,41g
Sn, M, Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
2044,0kJ/488,0kcal, Fett 19,2g, gesättigte Fettsäuren 7,6g, Kohlenhydrate 59,6g, Zucker 13,2g, Ballaststoffe 5,2g, Eiweiß 16,0g, Salz 3,24g
G, G1, M, Me, La

Nährwertangaben pro Portion
2913,0kJ/695,0kcal, Fett 31,0g, gesättigte Fettsäuren 9,4g, Kohlenhydrate 88,4g, Zucker 42,5g, Ballaststoffe 3,0g, Eiweiß 11,7g, Salz 5,31g
G, G1, Ei, M, Me, La, S, (Sb), (Sf)

Nährwertangaben pro Portion
2194,0kJ/520,0kcal, Fett 15,9g, gesättigte Fettsäuren 5,4g, Kohlenhydrate 73,6g, Zucker 5,4g, Ballaststoffe 4,4g, Eiweiß 18,4g, Salz 2,20g
G, G1, Ei, (E), Sb, M, Me, La