

Speiseplan 23.03. - 29.03.



Menü 1

- 23.03. Penne in Käsesoße (BIO)
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
2012,0kJ/480,0kcal, Fett 22,4g, gesättigte Fettsäuren 13,2g, Kohlenhydrate 52,0g, Zucker 4,4g, Ballaststoffe 3,6g, Eiweiß 15,2g, Salz 4,36g, Natrium 1,76g
G, G1, M, Me, La, S
- 27.03. Putengeschnetzeltes in Rahmsoße mit Gemüse
Basmatireis, Fairtrade (BIO)
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
2058,0kJ/488,0kcal, Fett 12,1g, gesättigte Fettsäuren 5,2g, Kohlenhydrate 66,6g, Zucker 4,0g, Ballaststoffe 3,8g, Eiweiß 25,6g, Salz 2,52g, Natrium 1,00g
G, G1, M, Me, La, S, Sn
- 28.03. Klare Suppe
Frittaten mit Schnittlauch
Mienudelpfanne "Asia-Style"
- Nährwertangaben pro Portion
2377,0kJ/564,0kcal, Fett 17,5g, gesättigte Fettsäuren 2,4g, Kohlenhydrate 82,3g, Zucker 4,2g, Ballaststoffe 6,4g, Eiweiß 17,0g, Salz 6,71g, Natrium 2,69g
S, G, G1, Ei, (Sb), M, Me, La, (Sf), Sb
- 29.03. Goldbraun paniertes Alaska-See-
lachs | (aus nachhaltiger Fischwirt-
schaft) mit Knusperpanade ³
Kräuterkartoffeln
Buntes Gartengemüse "naturell"
- Nährwertangaben pro Portion
2251,0kJ/538,0kcal, Fett 22,8g, gesättigte Fettsäuren 2,7g, Kohlenhydrate 55,7g, Zucker 4,2g, Ballaststoffe 8,2g, Eiweiß 22,1g, Salz 2,78g, Natrium 1,11g
G, G1, Fi

Menü 2

- Penne-Nudeln in cremiger Tomaten-
soße
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
1716,0kJ/408,0kcal, Fett 13,6g, gesättigte Fettsäuren 4,4g, Kohlenhydrate 57,6g, Zucker 14,4g, Ballaststoffe 4,4g, Eiweiß 11,2g, Salz 3,28g, Natrium 1,32g
G, G1, M, Me, La
- Risotto "Pomodoro"
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
711,0kJ/167,0kcal, Fett 2,0g, gesättigte Fettsäuren 1,3g, Kohlenhydrate 32,6g, Zucker 3,6g, Ballaststoffe 2,0g, Eiweiß 3,8g, Salz 1,42g, Natrium 0,58g
M, Me, La
- Klare Suppe
Frittaten mit Schnittlauch
Gemüse-Frühlingsrolle
- Nährwertangaben pro Portion
1057,0kJ/250,0kcal, Fett 9,8g, gesättigte Fettsäuren 1,4g, Kohlenhydrate 34,0g, Zucker 6,6g, Ballaststoffe 2,5g, Eiweiß 6,2g, Salz 3,18g, Natrium 1,27g
S, G, G1, Ei, (Sb), M, Me, La, (Sf), Sn
- Veggie-Bällchen classic; auf Soja- und
Weizenbasis
Kräuterkartoffeln
Buntes Gartengemüse "naturell"
- Nährwertangaben pro Portion
1937,0kJ/463,0kcal, Fett 20,2g, gesättigte Fettsäuren 2,1g, Kohlenhydrate 45,7g, Zucker 6,1g, Ballaststoffe 11,1g, Eiweiß 18,1g, Salz 3,18g, Natrium 1,28g
G, G1, Ei, (E), Sb